

Una fabulosa colección de recetas con arroz que proporciona a este cereal un nuevo papel y lo convierte en el gran protagonista.

Podrá elegir entre diversos platos... *Kedgeree*,

Risotto o cremosos puddings

o bien una Paella o unas Dolmadak.

Dispone de fotografías paso a paso, instrucciones precisas y útiles consejos que le permitirán relajarse y disfrutar cocinando.

KÖNEMANN

Anne Wilson

*Platos  
clásicos de*

**ARROZ**

ISBN 3-8290-0295-5



9 783829 002950



# Paella

Tiempo de preparación:  
45 minutos

+ 2 horas en cocción

Tiempo de cocción:  
50 minutos

Para 4 personas



1 Ponga los mejillones limpios en agua fría durante 2 horas. Deseche aquellos que estén abiertos. Caliente el vino y la cebolla en una cacerola grande. Incorpore los mejillones, tape la cacerola y suéltelos de 3 a 5 minutos a fuego fuerte. Transcurridos 5 minutos, empuje a retirar los mejillones abiertos y resérvelos a los 5 minutos deseche los que aún estén cerrados. Reserve la mezcla de vino y cebolla.

2 Caliente la mitad del aceite en una sartén grande. Seque el pollo con papel absorbente y sáltecelo durante 5 minutos, o hasta que esté dorado. Retírelo y resérvelo. Agregue las gambas, los calamares y el pescado a la sartén y sáltecelos durante 1 minuto. Resérvelos. 3 Caliente el aceite restante en la sartén. Añada la otra cebolla, el bacón, el ajo y el pimiento. Rehéguelo todo durante 5 minutos, o hasta que la cebolla esté tierna. Incorpore el tomate, los guisantes, el chorizo o el pepperoni, la pimienta de

12 mejillones, limpios y sin las barbas

1/2 taza de vino blanco

1 cebolla roja pequeña, picada

1/2 taza de aceite de oliva

1 pechuga de pollo pequeña, en daditos

250 g de gambas crudas, peladas y sin hilo intestinal

90 g de calamares en aros

90 g de pescado blanco sin espinas, en trozos

1/2 cebolla roja pequeña adicional, finamente picada

1 bacón de bacon picado

4 dientes de ajo machurados

1 pimiento rojo pequeño, finamente picado

1 tomate, pelado, sin semillas y picado

1/2 taza de guisantes frescos o congelados

90 g de chorizo o pepperoni, en rodajas

100 g de pimienta de Cayena

1 taza de arroz de grano largo

1/4 cucharadita de azafrán en polvo

2 tazas de caldo de pollo caliente

2 cucharadas de perejil fresco, picado

Cayena y sazónelo con sal y pimienta al gusto. Agregue la mezcla de cebolla y vino y remueva. Añada el arroz y mezcle bien todos los ingredientes.

4 Diluya el azafrán en 1/2 taza de caldo. Incorpórela a la preparación junto con el resto del caldo y mezcle bien.

Llévelo a ebullición, baje el fuego al mínimo y cúbralo, durante 15 minutos, sin tapar ni remover.

5 Disponga el pollo, las gambas, los calamares y el pescado encima del arroz. Con una cuchara de madera, mezcle estos ingredientes con el arroz, tape la cacerola y prolongue la cocción a fuego

lento de 10 a 15 minutos, o hasta que el arroz esté tierno y el marisco cocido. Si el arroz aún no está cocido, añada un poco más de caldo y cuézalo hasta que lo absorba. Sirva la paella en platos, disponga los mejillones encima y espolvoree con perejil.

**Nota:** Será conveniente que compre más mejillones de los indicados en la tabla de ingredientes para reemplazar aquellos que no se abran. Puede preparar este plato con mejillones de roca o de vivero.



Retire los mejillones de la cacerola a medida que se abran. Deseche aquellos que no se abran.



Diluya el azafrán en el caldo y añada en preparación a la cacerola. Remueva bien.



# Dolmades

Tiempo de preparación:

1 hora +

1 hora en cocción

Tiempo de cocción:

55 minutos

Para unas 35 unidades



1 Enjuague las hojas de parra en agua fría y déjelas en remojo durante 1 hora en agua caliente. Coloque cinco o seis hojas en la base de una cacerola grande de fondo pesado.

2 Cubierta  $\frac{1}{2}$  taza de aceite en una cacerola pequeña de fondo pesado. Añada la cebolla y rehóguela a fuego lento durante 5 minutos. Rebre la encensola del fuego, tápela y espere 5 minutos. Incorpore el arroz, las cebollitas y las hierbas, mézclalo bien y sazónelo al gusto con sal y pimienta.

3 Disponga una hoja de parra con la nervadura hacia arriba en un plato o en una tabla.

250 g de hojas de parra en salmuera

$\frac{1}{4}$  taza de aceite de oliva

2 cebollitas grandes,

finalemente picadas

$\frac{1}{4}$  taza de arroz de grano corto

6 cebollitas, finamente picadas

$\frac{1}{2}$  taza de vinagre fresco, picado grueso

1 cucharada de menta

fresca, finamente picada

$\frac{1}{2}$  taza de agua

1 cucharada de zumo de limón

Coloque 3 cucharaditas de la preparación anterior en el centro de la hoja, pliegue los lados para cubrir el relleno y enróllela en dirección a la punta. Repita esta operación con las hojas y el relleno restantes.

4 Disponga los dolmades en la cacerola forrada con las hojas de parra de manera que formen dos capas. Rocielos con el aceite restante, tápelo con un plato y cúbralo con agua. Llévelos a ebullición, baje el fuego y déjelos cocer, tapados, durante 45 minutos. Destape la cacerola, retire los dolmades con una

escuradora y rocíelos con zumo de limón. Sirvalos calientes o fríos.

**Nota:** Si lo desea, puede preparar este plato con hojas de parra frescas. En ese caso, esójelas pequeñas y escóldelas primero en agua hirviendo.



Coloque cinco o seis hojas de parra en la base de una cacerola grande.



Agregue 3 cucharaditas del relleno en el centro de cada una de las hojas.



Enrolle la hoja doblando los bordes para que el relleno quede en el centro.



Disponga los dolmades en la cacerola formando una doble capa.



# Nasi Goreng

Tiempo de preparación:

40 minutos

Tiempo de cocción:

20 minutos

Para 4-6 personas



1 Caliente el aceite en un wok. Agítelo para repartir bien el aceite. Mezcle el huevo batido con la salsa de soja y agréguelo al wok. Gire suavemente el wok, de manera que el huevo forme una capa fina. Cuézalo hasta que esté cuajado y la base un poco dorada. Retire la tortilla con una espátula, córtelo bien y cóbralo en tiras finas. Tápelalo y resérvelo.

**Para preparar el Nasi Goreng** Mezcle el jengibre, la cúrcuma, la pasta de gambas, la salsa de guindilla y la sal. Caliente el aceite en un wok grande. Incorpore la cebolla y el ajo, y saltéelos a fuego fuerte durante 1 ó 2 minutos. Agregue la mezcla de jengibre y prosiga la cocción 3 minutos más. Añada el plátano, el apio, la zanahoria, los guisantes y la carne de cerdo, y cuézalos removiendo constantemente durante 2 ó 3 minutos. Incorpore los brótes de soja y la col china, y saltéelos durante 2 minutos. 3 Agregue el arroz y los gambas, y saltéelos a fuego fuerte durante 3 ó 4 minutos,

1 cucharadita de aceite  
2 huevos, bien batidos  
1 cucharadita de salsa de soja

*Nasi Goreng*

2 ó 3 cucharaditas de jengibre rallado  
1 cucharadita de cúrcuma molida  
3 ó 1 1/2 cucharaditas de pasta de gambas (blanca o roja)  
1 ó 2 cucharadas de salsa de guindilla, al gusto  
1/2 cucharadita de sal  
3 cucharadas de aceite  
1 cebolla grande, finamente picada  
2 ó 3 dientes de ajo, machacados  
1/2 plátano rojo picado  
1/2 tallo de apio picado  
1/2 taza de guisantes

o hasta que los ingredientes estén bien mezclados y cocinados. No deje de remover para evitar que la preparación se pegue o se queme. Mezcle la crema de coco, la salsa kecap manis y la pasta de tamarindo e incorpórela al arroz. Sirva el plato enseguida, decorado con las tiras de tortilla y el cilantro.

**Nota:** Encontrará la pasta de gambas, la kecap manis (salsa de soja dulce de Indonesia), la pasta de tamarindo y el cerdo asado a la barbacoa en establecimientos especiali-

1 zanahoria pequeña picada  
125 g de cerdo asado a la barbacoa, en dados  
125 g de brótes de soja  
2 tazas de col china, en tiras finas  
6 tazas de arroz jasmine, cocido y frío  
125 g de gambas peladas cocidas, partidas por la mitad  
1/2 taza de crema de coco  
1 ó 2 cucharadas de salsa de soja kecap manis  
1/2 cucharadita de pasta de tamarindo, opcional  
hojas de cilantro, para decorar

za en productos asiáticos.

**Sugerencia:** Además de decorar este plato con tiras de tortilla, también puede hacerlo con copos de cebolla deshidratados. Caliente 3 cucharaditas de aceite en una cacerola pequeña. Añada 20 g de copos, fríalos durante 15 ó 20 segundos y retírelos de la sartén. Esfórralos sobre papel absorbente. Si no dispone de copos, corte una cebolla en aros finos y fríalos hasta que estén dorados.



Mueve el wok en círculo de manera que el huevo se extienda y forme una capa fina.



Incorpore la mezcla de jengibre, cúrcuma, pasta de gambas, salsa de guindilla y sal.



# Sushi

Tiempo de preparación:

40 minutos + reposa

Tiempo de cocción:

30 minutos

Para unos 30 comensales



**1** Para preparar el arroz al vinagre: Lave el arroz bajo el grifo hasta que el agua salga clara. Ponga el arroz y 2 tazas (500 ml) de agua en una cacerola y cuézalo 10 minutos. Tápela, lívelo a ebullición, baje el fuego al mínimo y cuézalo a fuego lento durante 8 ó 10 minutos. Retire la cacerola del fuego y manténgala tapada durante 15 minutos.

**2** Extienda el arroz en un plato llano y déjelo enfriar a temperatura ambiente. Ponga el vinagre, el azúcar y la sal en una cacerola pequeña. Caliente un poco estos ingredientes y rocíe con ellos el arroz inmediatamente.

**3** Mezcle el vinagre de arroz

## Arroz al vinagre

2 tazas de arroz de grano corto

2 cucharadas de vinagre de arroz

2 cucharadas de azúcar estrafino

1/2 cucharadita de sal

2 cucharaditas de vinagre de arroz, adicionales

5 cucharadas de salsa teriyaki

pasta wasabi (pasta de rábano picante)

125 g de atún crudo (sashimi) o salmón ahumado

jengibre y horradizos en vinagre, pepino en rodajas finas y cebollita

resistente con 3 cucharadas de agua y añada esta preparación para humedecer las manos. Coloque una lámina de nori, con la parte brillante hacia abajo, sobre una hoja de papel parafinado antiadherente o un salvamanteles de bambú, si dispone de uno. Reparta una quinta parte del arroz sobre un tercio de la lámina dejando un borde de 1 cm. Extienda una capa muy fina de pasta wasabi formando una línea estrecha en el centro del lecho de arroz. Corte el pescado en tiras finas y dispóngalo sobre la pasta. Añada también el jengibre, las horradizas, el

pepino o la cebollita, según prefiera.

**4** Utilizando el papel o el salvamanteles como guía, envuelva la lámina de nori para envolver el relleno. Presione para cerrar los bordes. Con un cuchillo muy afilado, corte el rollo en círculos de 2,5 cm. Repita esta operación con el relleno y las láminas restantes.

**Conservación:** Puede preparar los rollos de sushi hasta con 6 horas de antelación y guardarlos tapados en la nevera. Cortelos justo antes de servir.



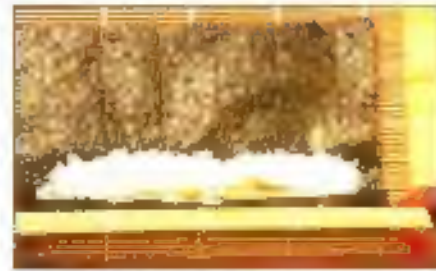
Ponga el arroz en un colador y enjuáguelo hasta que el agua salga clara.



Reparta una quinta parte del arroz sobre una tercera parte de la lámina de nori.



Extienda una capa fina de pasta wasabi en el centro del lecho de arroz.



Envuelva la lámina con el salvamanteles o el papel para envolver el relleno.



## Arancini (Croquetas de arroz)

Tiempo de preparación:  
45 minutos + refrigeración

Tiempo de cocción:  
45 minutos

Para 18 unidades



1 Cuezca el arroz en agua hirviendo con sal durante 20 minutos, o hasta que esté tierno. Escúrralo, sin aclararlo, y déjelo escurrir. Póngalo en un bol grande y añada el huevo, la yema y el parmesano. Remuévalo hasta que se apechúne. Tápelo y resérvelo.

2 Para preparar la salsa de carne: Ponga a remojar la seta en agua caliente 10 minutos para que se ablande, estrújela para retirar el agua y píquela finamente. Caliente el aceite en una sartén. Agregue la seta y la cebolla, saltéelas 2 ó 3 minutos, hasta que estén tiernas. Añada la carne picada y saltéela, removiéndola,

2 tazas de seta de grama cortada

1 huevo, picado finísimo

1 yema de huevo

½ taza de parmesano rallado

Salsa de carne

1 seta porcini seca

1 cucharada de aceite de oliva

1 cebolla pequeña picada

125 g de carne picada de lomo o ternera

2 lonchas de prosciutto

finamente picado

2 cucharadas de concentrado de tomate

100 ml de vino blanco

½ cucharadita de hojas de tomillo secas

3 cucharaditas de perejil, finamente picado

harina blanca

2 huevos, picos batidos

pan seco rallado

2 ó 3 minutos, hasta que se dore. Incorpore el prosciutto, el tomate, el vino, el tomillo y pimienta al gusto. Saltee los ingredientes 5 minutos, hasta que absorban el líquido. Espolvoree con perejil. Reserve y deje enfriar.

3 Con las manos húmedas, forme 30 bolas con la mezcla de arroz. Humedézcase de nuevo las manos, repire las bolas en dos manos y ponga 1 cucharadita entera de

salsa de carne en el centro de cada una. Forme de nuevo las bolas para que el relleno quede bien envuelto. Pase las croquetas por harina, huevo batido y, finalmente, pan rallado. Déje enfriar durante 1 hora.

4 Fría las croquetas en aceite, dos a la vez, durante 1 ó 4 minutos, hasta que estén bien doradas. Déjelas escurrir sobre papel absorbente y caliéntelas mientras frías el resto.



Separe las bolas de arroz en dos grupos y rellénalas con la salsa de carne.



Pase las croquetas por harina, huevo batido y pan rallado.





# Risotto de setas

Tiempo de preparación:

20 minutos +

30 minutos en remojo

Tiempo de cocción:

35-40 minutos

Para 4-6 personas



30 g de setas porcini secas

1 litro de caldo de pollo

60 g de mantequilla

2 cucharadas de aceite

de oliva

1 cebolla pequeña,

finamente picada

1 diente de ajo machacado

100 g de setas pequeñas,

finamente picadas

250 g de setas setas

1 taza de queso parmesano

raído

2 cucharadas de perejil,

finamente picado

1 Ponga las setas porcini en un bol refractario pequeño y cúbralas con agua hirviendo. Escúndalas durante 30 minutos, escúrrelas y reserve  $\frac{1}{2}$  taza del líquido. Estréjelas con las manos para retirar el exceso de agua y píquelas finamente.

2 Ponga el caldo y el líquido de las setas reservado en una cacerola y caléntelo hasta el punto de ebullición. En otra cacerola de fondo pesado, caliente la mantequilla y el aceite y, a continuación, añada la cebolla, el ajo, las setas frescas y las porcini. Sáltelas los ingredientes, removiendo, durante 3 o 4 minutos, hasta que la cebolla esté tierna.

Agregue el arroz y siga removiendo 1 o 2 minutos, hasta que el arroz se mezcle bien con los ingredientes pero no que llegue a dorarse.

3 Mantenga el caldo en el punto de ebullición. Incorpore  $\frac{1}{2}$  taza de caldo caliente a la mezcla de arroz. Remueva constantemente a fuego lento con una cuchara de madera hasta que se absorba el líquido y después añada más caldo. Repita este proceso hasta que el arroz quede cremoso y haya absorbido todo el caldo (añada la última  $\frac{1}{2}$  taza de caldo sólo si es necesario para acabar de cocer el arroz). El tiempo total de cocción es de 20 a 25 minutos. Mezcle el

queso parmesano y el perejil con la preparación y sirvála inmediatamente. Si lo desea, espolvoree el arroz con más queso parmesano.

**Nota:** El arroz arborio es una variedad de grano corto originaria del valle del Po, en Italia, disponible en la mayoría de supermercados. Es un arroz muy absorbente, de manera que es perfecto para preparar el risotto. Las setas porcini son setas silvestres secas, también originarias de Italia, disponibles en establecimientos especializados en productos italianos.



Estréjelas las setas con las manos para retirar el exceso de agua y píquelas finamente.



Caliente la mantequilla y el aceite, añada la cebolla, el ajo y las setas.



Incorpore el arroz a la mezcla y remuévala hasta que se empape, pero no deje que se dore.



El secreto de un buen risotto es añadir el caldo poco a poco, removiendo hasta que se absorba.



## Risotto de parmesano

Tiempo de preparación:

20 minutos

Tiempo de cocción:

40 minutos

Para 4-6 personas



1 Ponja el caldo en una cazuela y mézclalo en el punto de ebullición. En otra cazuela de fondo pesado, calienta la manteca y el aceite. Añade la cebolla roja, el ajo y una pizca de anís, y sofríalo, removiendo, durante 2 ó 3 minutos. Incorpora el

1 litro de caldo de pollo

60 g de manteca

2 cucharadas de aceite

1 cebolla roja pequeña,

finamente picada

1 diente de ajo machacado

anís en polvo

250 g de arroz arborio

1 cucharadita de ralladura

de limón

2 cucharaditas de zumo

de limón

1/2 taza de parmesano

2 cucharadas de perejil

picado fino

virutas de parmesano

arroz y saltéalo, removiendo, durante 1 ó 2 minutos, hasta que se empape bien.

2 Agregue la ralladura y el zumo de limón y 1/2 taza de caldo caliente. Remuévalo a fuego lento hasta que se absorba y añada más caldo

Repita esta operación hasta que haya añadido todo el caldo y el arroz esté tierno (de 25 a 30 minutos).  
3 Incorpore el queso y el perejil a la preparación y sirva el risotto enseguida, decorado con virutas de parmesano.

## Risotto primavera

Tiempo de preparación:

25 minutos

Tiempo de cocción:

40 minutos

Para 4-6 personas



1 Cueza los guisantes y los espárragos en agua hirviendo durante 1 ó 2 minutos. Escúrrelas y resérvelas.

2 Ponja el caldo en una cazuela y mézclalo en el punto de ebullición. Calienta la manteca y el aceite en una cazuela de fondo pesado. Añade la zanahoria, la cebolla, el perejil y el calabacín, y

1 taza de guisantes

congelados

155 g de espárragos finos,

cortados en trozos cortos

1 litro de caldo de pollo

60 g de manteca

2 cucharadas de aceite

de oliva

1 zanahoria, en daditos

1 cebolla roja picada

1/2 tallo de apio, en daditos

1 calabacín, en daditos

250 g de arroz arborio

1/2 taza de parmesano

rallado

remueva 2 ó 3 minutos. Retire la mitad de las hortalizas y resérvelas. Incorpore el arroz a la cazuela y saltéelo durante 1 ó 2 minutos, hasta que se empape bien.

3 Agregue 1/2 litro de caldo caliente. Remueva a fuego lento hasta que se absorba y después, añada más caldo.

Repita esta operación hasta que haya añadido todo el caldo y el arroz esté tierno y cremoso (de 25 a 30 minutos).  
4 Incorpore el parmesano, los guisantes, los espárragos y las hortalizas reservadas y remuévelo bien. Sirvalo enseguida. Si lo desea, espolvoréelo con más parmesano.



Risotto de parmesano (arriba) y Risotto primavera



# Ensalada de arroz

Tiempo de preparación:

50 minutos +

2 horas en cubito

Tiempo de cocción:

50 minutos

Para 6-8 personas



1 Hierve las tres variedades de arroz por separado, según las instrucciones del paquete. Esquage, escurre y deja enfriar el arroz. Resérvalo.

2 Parta los pimientos por la mitad, retira las semillas y cámbalos en cuartos. Colóquelos en una parrilla caliente con la piel hacia arriba y áselos 8 ó 10 minutos, hasta que la piel empiece a volarse y a descongelar. Págalos dentro de una bolsa de plástico o papel durante 5 minutos (de esta forma la piel saldrá con más facilidad). Pélelos, desecha la piel y córtelos en tiras finas. Mezcla el aceite y el ajo en un cuenco. Incorpora las tiras de pimiento y déjelo marinar al

1/2 taza de arroz de grano largo

1/2 taza de arroz integral

100 g de arroz silvestre

1 pimiento rojo

1 pimiento verde

4 cucharadas de aceite

1 diente de ajo machacado

2 tazas de guisantes

extrafinos congelados

una peca de mostaza seca

2 ó 3 cucharaditas de zumo de limón, al gusto

4 tomates pelados, sin

semillas y picados

4 cebolletos, finamente

picados

1/2 taza de perejil,

finamente picado

1/2 taza de aceitunas negras

pequeñas

menos 2 horas.

3 Ponga los guisantes en una cacerola grande con agua hirviendo con sal. Cúbalos 2 minutos, páselos por agua fría y escúbalos. Ponga los pimientos en un colador y escúbalos sobre una ensaladera para aprovechar el aceite. Bata el aceite, el zumo de limón y la mostaza. Sazona con sal y pimienta, al gusto.

4 Mezcla el arroz, los tomates, los guisantes, los tomates y las cebolletas. Incorpore la salsa.

espolvórcelo con perejil y remueva bien. Páselo a una

ensaladera y reparta las aceitunas negras por encima. **Nota:** El arroz silvestre no es una variedad de arroz, sino una hierba acuática. Era el medio de subsistencia de los indios americanos que vivían en la región de las Grandes Llanuras y, como es una planta que crece fuera del agua como el arroz en los arrozales, los primeros exploradores lo confundieron como tal. Aún hoy en día, los indios americanos son prácticamente los únicos productores de esta variedad, que cultivan mediante métodos antiguos.



Ase los pimientos hasta que la piel se ponga negra y pélelos.



Pasa las tiras de pimiento por un colador y reparte el aceite en un cuenco.





# Kitchri

(Arroz y lentejas)

Tiempo de preparación:

25 minutos

Tiempo de cocción:

1 hora

Para 4-6 personas



1 Lave el arroz dos o tres veces y escúrralo. Lave las lentejas y escúrralas. En una cazuela grande de fondo pesado, caliente 2 cucharadas de ghee y añada la cebolla. Sofríala a fuego lento durante 10 minutos, o hasta que esté dorada, removiendo a menudo.

2 Incorpore el arroz y las lentejas y remueva sin retirarlo del fuego durante 2 o 3 minutos. Añada la sal y el garam masala, remueva 1 minuto y vierta poco a poco el agua caliente. Llévelo a ebullición, rebajándolo, baje el fuego al mínimo y déjelo con una tapadera ajustada. Cuézalo durante 20 o

25 minutos. Transcurridos 20 minutos, compruebe cómo sigue la cocción.

3 Caliente el ghee restante en una sartén pequeña, añada la cebolla mediana y sofríala a fuego medio 10 minutos, o hasta que esté dorada. Déjela escurrir sobre papel absorbente. Sirva el plato inmediatamente, decorado con la cebolla fría.

**Nota** Sirva el Kitchri, en lugar de arroz blanco, como acompañamiento de cualquier plato hirviente, como por ejemplo curries de carne y hortalizas. Si desea preparar el garam masala usted mismo, siga estas instrucciones.

1 taza de arroz basmati  
de grano largo

1 taza de lentejas rojas

3 cucharadas de ghee

1 cebolla grande, en tiras

1 cucharadita de sal

2 cucharaditas de garam  
masala

3 1/2 tazas de agua caliente

1 cebolla mediana, en tiras

En una sartén, ponga 4 cucharadas de semillas de cilantro, 3 cucharadas de vainas de cardamomo, 2 cucharaditas de semillas de comino, 1 cucharada de granos de pimienta negra enteros, 1 cucharadita de clavos de especia enteros y 3 canas de canela. Tueste las especias a fuego medio hasta que empiecen a saltar vapor y páselas a un plato. Pele las vainas de cardamomo y reserve solo las semillas. Triture las especias en una moladora o una batidora con una nuez moscada fresca rallada hasta que se conviertan en polvo. Guarde el garam masala en un bote hermético.



Incorpore el arroz y las lentejas al ghee y la cebolla.



Agregue el agua caliente poco a poco y lívelo a ebullición, sin dejar de remover.



Sofría la cebolla en ghee durante 10 minutos, o hasta que esté dorada.



Para preparar el garam masala, tueste las especias a fuego medio.



ΤΙΣ ΠΟΙΟΥΣ ΜΕ ΤΟΝ ΝΟΤΟ ΔΕΙΝΟΥΣ

[illegible]

பெரிய நகரங்களில் மிகவும் அதிகமாக இருக்கிறது.

2 hours

#### Part 4 personnel



1. Una fonte esclusiva  
 di dati e informazioni  
 maneggiate direttamente  
 da esperti di settore  
 e in grado di fornire  
 dati e informazioni  
 per la valutazione  
 dell'azienda e del  
 suo settore di attività  
 e di mercato  
 e di fornire  
 dati e informazioni  
 per la valutazione  
 dell'azienda e del  
 suo settore di attività  
 e di mercato

[illegible]

Call 800-448-2222

2 cucharadas de aceite  
de oliva

1. *cebnika. Namerno pórada*  
2. *dicata de aji*  
marcheada

140 g de cașor plantat  
de cordoș & lăptos

150 g de queso, picado

१५) निम्नलिखित में से कोई एक चुनिए।  
(१५/१५)

<sup>1</sup> *Id.* 1046 (citing *id.* 1046).

### 2. Características de alcázaros trinitarios

1 cucharada de siempre  
de calidad

1. **Учебники** и **методические пособия**

El resultado de un análisis riguroso sobre la información disponible sobre las políticas de los Estados en materia de derechos humanos, en particular de las relacionadas con la libertad de expresión, revela que los Estados han adoptado una variedad de medidas para garantizar la libertad de expresión y la participación pública en la toma de decisiones. Sin embargo, las políticas y las prácticas en materia de derechos humanos varían significativamente entre los Estados y dentro de los mismos. Las políticas y las prácticas más avanzadas en materia de derechos humanos se encuentran en los Estados que han adoptado una perspectiva cultural y política de los derechos humanos, que reconoce la importancia de la participación pública en la toma de decisiones y la libertad de expresión.

4. Para preparar la sal de inositol: El inositol es usado en una concentración mínima de 1 mg/ml y se prepara una solución de 10 mg/ml.

1. *Lauchmuller de piroclasta*  
de J. J. J. J.

ရန်ကုန်မြို့နယ်၊ ဗဟိုမြို့နယ်၊ ဗဟိုမြို့နယ်

encuadrada de aceite  
(16 x 11) (1)

ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՔՐԴԱՍԵՐՈՒ  
ՈՐԱՆՈՒՆԵՐԻ ՄԱՍԻՆ

425 p de Incurante Inltorade)  
de luto

7. **Concentração do**  
**Concentrado de Iodo**

2. Earn the cheap! Hattaway

1. *La cultura de la guerra*  
 2. *La cultura de la paz*

1 cucharadita de ajo molido

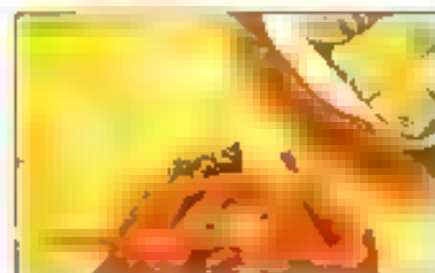
Se il numero di punti è uguale a 10, il risultato è 10.

en forma de fondo pasado  
 e un espasmo de timore  
 per la formidabile e zelante  
 repubblica che a marcia dei  
 nebulosi stadi d'urto  
 s'innalza e s'innalza  
 nella sua ascesa  
 politica e culturale con una  
 pace di pace quella che la  
 fa come una spugna e con  
 popoli di altopiani fessure  
 durante i suoi stadi  
 di sviluppo e di crescita e  
 di pace

Ninho: o lugar de nidificar.  
Ninho de condor: o ninho  
prende com carne de huaco y  
condor. Si no tiene una salda  
de limón mas un pedazo  
por el picapapea. Es: plástico  
se conserva hasta diez  
en el frigorífico.



Interfenda: 77 lux deșeur en una carredada grande — 40  
 zelu de la urdu — 101 sal deșeur 1000 se deșeur deșeur



Enrico, un uomo che mi ha fatto molto bene, molto bene.



מרחיקה את הפרויקט  
 34 מקומות  
 מרחיקה את הפרויקט  
 11 מקומות

**Form 4-4 permuting.**

1. Fijando el aceite en una cacerola de metal, pasarlo a Jibola de cebolla, el ajo y el hacha. Saltear los ingredientes sin dejar de remover durante 5 minutos. Luego que la cebolla este bien dorada, se agregan y se cocinan sin dejar de remover. Continuar hasta que se evaporó todo el agua.

2. Incorporar el puré de papas y hervir los tomates. Al cumplir este punto, se agrega

Wonderscribere a' l'altima  
el venimio Remonista durante  
nuestro hasta m'el/clar uolera  
tra ingratificantes y deap'ra  
rebullion. Hap' el uogo al  
indianim, cap' la concencia con  
l'ita ap'nde a a' l'altima y uolera  
la rep'aracion durante  
a' l'altima

2 cochardas de soule  
de 10140

I coborâșii reținți printr-un  
sistem de cârmă

1 of 2 different size sizes  
manufactured by

**Zusammenfassung:**

1. **Die Aufgaben der Verwaltung**

**॥ श्रीगणेशाय नमः ॥**

1.50 g of dry material, pulverized

425 g de tencuie de laia,  
plumbar

125 g de tomate triturado  
de lata

Wissenschaftliche

man muss die Indikatoren  
als Entscheidungsfindung

RECU  
/A LUNA DE RECUPERACIÓ NACIÓ

250 g de pământ proaspăt  
 250 g de gună proaspătă  
 100 g de nisip  
 100 g de apă

4 celule betas, din care este  
 eliberat insulină

1000

Դիտարկելով, որ արդեն չկան  
 զինվորականները և զինքն ինքի  
 ձեռնարկը անհաջող էր, Կոնստանտին  
 Մանուկյանը հրապարակեց հայտը  
 և արագով հեռացավ։ Գրեթե  
 հասնում էր Կոնստանտին  
 Մանուկյանին, որ հեռացավ  
 հարկադրական զինվորի  
 ծառայությունից։  
 Դրանից հետո Կոնստանտին  
 Մանուկյանը և Մանուկյանը  
 չհանդիպեցին և չհարցազրուցեցին

Տարածված է հարավային և  
արևմտյան շրջաններում։  
Բնակիչները հաճախ  
օգտագործում են այն որպես  
սնունդ։



Reinigungs- und Erhaltungsmittel, die bei der Reinigung von  
Wandflächen verwendet werden, sind in der Regel als Pulver oder  
Lösungsmittel erhältlich.



Discutiamo e presentiamo al pubblico ed al nostro gruppo  
alcune delle nostre idee sul Tattismo e il socialismo.





# Jambalaya

Tiempo de preparación:  
30 minutos

Porciones de comida:  
1 libra

Para 4-6 personas



1. Calienta el aceite en una cacerola a fuego medio y añade la cebolla, el ajo y el hinojo. Saltea los ingredientes sin dejar de moverlos durante 5 minutos, o hasta que la cebolla esté bien dorada y el arroz se haya cocinado sin que se queme. Añade los tomates y la salsa de tomate y cocina hasta que se haya evaporado el exceso de líquido.

2. Incorpora el arroz y cocina a fuego medio durante 10 minutos, o hasta que el arroz esté bien cocinado y la salsa se haya espesado.

Worcestershire, ajo picado y tomates. Remueve y cocina durante 10 minutos hasta que los ingredientes estén bien cocidos y la salsa se haya espesado. Bate el fuego al mínimo y tapa la cacerola con una tapa limpia y cocínala por 10 minutos. Bate el fuego al mínimo y cocínala durante 10 minutos.

2 cucharadas de aceite de oliva

1 cebolla roja grande, finamente picada

1 ó 2 dientes de ajo machacados

2 cucharadas de hinojo, finamente picado

1/2 taza de arroz de grano largo

1 pimiento rojo o verde en dados

150 g de tomates picados

425 g de tomate de lata, picado

1 cucharada de salsa de tomate. Saltea los ingredientes a fuego medio durante 5 minutos, o hasta que la cebolla esté bien dorada y el arroz se haya cocinado sin que se queme. Añade los tomates y la salsa de tomate y cocina hasta que se haya evaporado el exceso de líquido. Incorpora el arroz y cocina a fuego medio durante 10 minutos, o hasta que el arroz esté bien cocinado y la salsa se haya espesado. Bate el fuego al mínimo y tapa la cacerola con una tapa limpia y cocínala por 10 minutos. Bate el fuego al mínimo y cocínala durante 10 minutos.

425 g de tomate triturado de lata

1 cucharadita de salsa Worcestershire

unas gotas de tabasco

1/2 cucharadita de semillas de sésamo

1/2 taza de perejil picado

250 g de gambas peladas, cocidas y picadas

4 cebolletas, finamente picadas, para decorar

Salsa: Para servir, sala los gambas pelados, dale a un toque con 500 g de gambas cocidas y picadas. Añade las gambas picadas y la salsa de tomate y cocina hasta que se haya evaporado el exceso de líquido.



Refregas la cebolla el ajo y el hinojo a fuego medio y añade el arroz que se va cocinando.



Se añaden el pimiento y la salsa de tomate y se cocina a fuego medio durante 10 minutos.





## Avgolmono

(Sopa griega de huevo y pollo)

Tiempo de preparación:  
20 minutos  
Tiempo de cocción:  
15 minutos

Para 4 personas



- 1 Lleva el caldo a ebullición en una cacerola profunda. Agregue el pollo y cocínalo de 10 a 15 minutos, o hasta que esté cocido.
- 2 Bata las claras de huevo en un bol pequeño o en un bol que esté a puntado de servir.

1 taza de caldo de pollo  
1/2 taza de arroz blanco  
de grano largo

2 huevos (solo la clara  
y la clara separada)  
1 taza de arroz de grano largo

Agregue las claras batidas con las claras hasta que la mezcla esté espesa. Mezcle bien. Agregue el arroz y cocine a fuego medio durante 15 minutos. Agregue el pollo y cocine a fuego medio durante 15 minutos. Sirva caliente.

Añade la sopa de huevo y agrega una de las claras batidas más espesas. Mezcle bien. Agregue el arroz y cocine a fuego medio durante 15 minutos. Agregue el pollo y cocine a fuego medio durante 15 minutos. Sirva caliente.

## Kedgeree

Tiempo de preparación:  
20 minutos  
Tiempo de cocción:  
12 minutos

Para 4 personas



- 1 Ponga el pescado en una cacerola profunda con la corteza de limón y la hoja de laurel. Cubra con agua. Lleve a ebullición.
- 2 Cocine el pescado lentamente hasta que esté cocido. Cocine el arroz y cocine el pollo.
- 3 Cocine el arroz y cocine el pollo.

500 g de filete de pescado  
apuntado  
1 taza de arroz de grano largo  
1 hoja de laurel  
1/2 g de mantequilla  
1 cebolla grande, finamente  
picada  
1 cucharadita de curry  
en polvo  
3 huevos duros, picados

1 taza de arroz basmati  
cocido, caliente  
1/2 taza de perejil fresco,  
finamente picado  
2 yemas de huevo  
1/4 taza de salsa líquida  
1 Dado, cortado en  
cuartos, para servir

2 Cocine el arroz y cocine el pollo.

3 Cocine el arroz y cocine el pollo.



1 Avgolmono, 2 Arroz y 3 Kedgeree



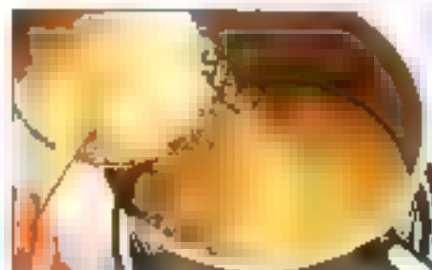
# Suzuki

tiempo de preparación  
30 minutos + refrigeración  
tiempo de cocción  
1 hora

Para unas 20 unidades



50 g de mantecaquilla  
1 cebolla pequeña,  
finamente picada  
1/2 taza de arroz aburrido  
1/2 taza de vino blanco  
una pizca de azafrán en  
polvo  
3 tazas de caldo de pollo  
1/2 taza de parmesano  
rallado  
2 huevos, poco batidos  
60 g de mozzarella  
para sero rallado  
aceite, para freír



Rehogue la cebolla en la mantecaquilla hasta que este suelta. Agregue el arroz. Remueva bien.

1 Cubiente la mantecaquilla a un  
sina encendido. Ponga a fuego  
Agregue la cebolla y déjela  
de cocinar unos minutos hasta que  
este suelta y se haya ablandado.

2 Agregue el arroz y remueva  
hasta que se haya ablandado.

3 Agregue el vino y déjelo cocinar  
hasta que se haya ablandado.

4 Agregue el caldo de pollo y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

5 Agregue el azafrán y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

6 Agregue el parmesano y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

7 Agregue los huevos y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

8 Agregue la mozzarella y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

9 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

10 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.



Rehogue la cebolla en la mantecaquilla hasta que este suelta. Agregue el arroz. Remueva bien.

11 Agregue el caldo de pollo y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

12 Agregue el azafrán y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

13 Agregue el parmesano y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

14 Agregue los huevos y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

15 Agregue la mozzarella y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

16 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

17 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

18 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

19 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

20 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

21 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

22 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.

23 Agregue el aceite y déjelo  
cocinar hasta que se haya ablandado.



Rehogue la cebolla en la mantecaquilla hasta que este suelta. Agregue el arroz. Remueva bien.



Rehogue la cebolla en la mantecaquilla hasta que este suelta. Agregue el arroz. Remueva bien.



# Lempur

(Arroz con coco envuelto en hojas de plátano)

tiempo de preparación

40 minutos

servicio de personas

1 bacia 30 minutos

Para unos 12 invitados



1 Primero, prepare las hojas de plátano. Corte y retire las nervaduras con alas en una cuchilla afilada de manera que las hojas se doblen en cuerdas fáciles de enrollar en tres cuerdas de arroz.

2 Con las manos y escaldras con agua caliente para que se ablanden los tendones antes de ponerlos en agua y apelarlos.

3 Para preparar el arroz con coco Lave el arroz y escórralo bien. Péguelo en un cazo grande de fondo pesado con 1 taza de agua, revolvilo lentamente y déjalo hervir a fuego alto mínimo. Tape la cazuela herméticamente y cuézalo durante 5 minutos.

4 Ponga la teca de coco y una taza de agua en un cazo pequeño y déjelo hervir sin que llegue a hervir y cuando comience a hervir, añada arroz y remuevalo con un tenedor. Pávelo a un fuego débil y déjelo cocinar hasta que se seque la leche de coco. Resérvelo para que se caliente.

5 Para preparar el relleno de pollo, caliente el aceite en una sartén grande de fondo

2 ó 3 hojas de plátano  
jotes (tres o cuatro)

4 arroz con coco  
2 tazas de arroz glutinoso  
1/2 taza de leche de coco

Relleño de pollo

2 cucharadas de aceite  
2 ó 3 dientes de ajo  
6 hojas de curry  
1 cucharadita de pasta de gambas

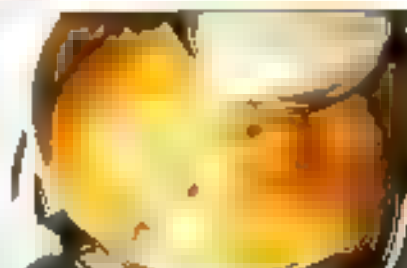
6 esado. Así que, al mantenerlo en agua caliente y cocinarlo, cocine el arroz y cocine el arroz. Cocine el arroz en un cazo grande de fondo pesado con 1 taza de agua y déjelo hervir a fuego alto mínimo. Tape la cazuela herméticamente y cuézalo durante 5 minutos. Ponga la teca de coco y una taza de agua en un cazo pequeño y déjelo hervir sin que llegue a hervir y cuando comience a hervir, añada arroz y remuevalo con un tenedor. Pávelo a un fuego débil y déjelo cocinar hasta que se seque la leche de coco. Resérvelo para que se caliente.

7 A la hora de preparar el relleno de pollo, caliente el aceite en una sartén grande de fondo pesado con 1 taza de agua y déjelo hervir a fuego alto mínimo. Tape la cazuela herméticamente y cuézalo durante 5 minutos. Ponga la teca de coco y una taza de agua en un cazo pequeño y déjelo hervir sin que llegue a hervir y cuando comience a hervir, añada arroz y remuevalo con un tenedor. Pávelo a un fuego débil y déjelo cocinar hasta que se seque la leche de coco. Resérvelo para que se caliente.

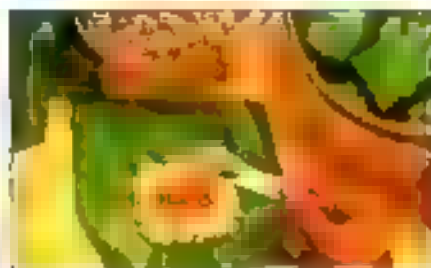
2 cucharaditas de cilantro picado  
2 cucharaditas de comino molido  
1/2 cucharadita de comino  
250 g de carne picada de pollo  
5 cucharadas de leche de coco artificial  
1 cucharadita de zumo de limón

8 Cocine el arroz hasta que esté listo en un cazo grande de fondo pesado con 1 taza de agua y déjelo hervir a fuego alto mínimo. Tape la cazuela herméticamente y cuézalo durante 5 minutos.

9 Antes de servir, caliente el arroz en un cazo grande de fondo pesado con 1 taza de agua y déjelo hervir a fuego alto mínimo. Tape la cazuela herméticamente y cuézalo durante 5 minutos.



Arroz al horno de coco en agua en un cazo grande de fondo pesado sobre el arroz.



Arroz con coco caliente y abundante de relleno de pollo sobre el arroz.



# Risi e bisi

Tiempo de preparación  
20 minutos  
Tiempo de cocción  
35 minutos

Para 4-6 personas



1 Caliente 4 g de mantecquilla en una cacerola grande de fondo pesado incorpore la cebolla y el ajo e apaga el fuego. Sofríalo a fuego medio durante 5 minutos removiendo de vez en cuando hasta que la cebolla se ablande.

2 Agregue los guisantes a la cacerola y mezcle bien. Remueva a fuego lento hasta que se ablanden y vierta.

3 En una cacerola grande caliente el aceite y manténgalo a fuego bajo. Incorpora el arroz a la mezcla de cebolla y guisantes y cocine durante 7 minutos hasta que el arroz se empape bien. Añada 1 taza de caldo.

40 g de mantecquilla  
1 cebolla, finamente picada  
1 ó 2 dientes de ajo machucados  
1 taza de arroz pequeño, finamente picado  
1 cucharada de prosciutto, picado  
500 g de guisantes congelados  
1/2 taza de vino blanco

caliente. Remueva constantemente a fuego medio hasta que se absorba el caldo. Agregue 1 taza más de caldo y repita hasta que se absorba. Remueva a fuego lento hasta que los guisantes estén cocidos y el arroz esté cremoso. Sirva con un poco de queso parmesano.

4 Refina la mezcla de fuego. Incorpora la mantecquilla y remueva hasta que se derrita. Agregue el prosciutto al arroz y remueva bien.

4 tazas de caldo de carne  
2 tazas de arroz pequeño  
1/2 taza de prosciutto rallado  
2 cucharaditas de menta fresca picada  
1/2 taza de perejil picado

Nota: Si el arroz no está cocido, cubralo con un tapaluzo y déjalo durante 5 minutos. Si el arroz está cocido, agregue 1 taza de caldo de carne y repita hasta que se absorba. Si el arroz está cocido, agregue 1 taza de caldo de carne y repita hasta que se absorba. Si el arroz está cocido, agregue 1 taza de caldo de carne y repita hasta que se absorba.



Caliente la mantecquilla en una cacerola grande. Sofríalo a fuego medio, y agregue la cebolla y el prosciutto.



Agregue los guisantes y el vino blanco durante los primeros 5 minutos.



En el caldo, en una cacerola y manténgalo a fuego bajo.



En el caldo, en una cacerola y manténgalo a fuego bajo.







# Pirules

Recipiente de preparación  
50 recipientes + refrigeración  
cubierta de aluminio  
25 minutos

Para servir 20 porciones



1. Poner una bandeja de horno con un poco de mantequilla y poner encima una bandeja alitas de aluminio. En la bandeja de aluminio poner 10 segundos hasta obtener una masa fina de aluminio. Agregar un poco de harina y un poco de aceite y batir durante 5 segundos más hasta obtener una masa homogénea. Agregar un poco de aceite y batir durante 5 segundos más hasta obtener una masa homogénea. Agregar un poco de aceite y batir durante 5 segundos más hasta obtener una masa homogénea.

2. Para preparar el relleno: Poner los champiñones por un lado y picarlos hasta que estén bien picados. Colocar la mantequilla

2 1/2 tazas de mantequilla blanca  
1/2 cucharadita de sal  
100 g de mantequilla fría  
en cubitos  
1 yema de huevo  
1/4 taza de levadura activa

## Refresco

150 g de champiñones  
50 g de mantequilla

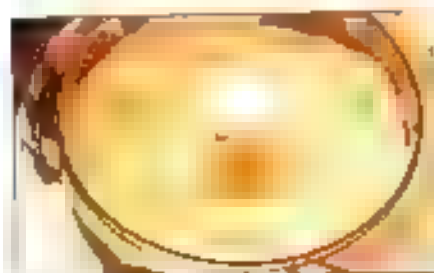
1 rebanita preparada  
finamente picada

la mantequilla y la mantequilla preparada. Agregar la mantequilla y la mantequilla preparada. Agregar la mantequilla y la mantequilla preparada. Agregar la mantequilla y la mantequilla preparada.

3. Poner la mantequilla y la mantequilla preparada. Agregar la mantequilla y la mantequilla preparada. Agregar la mantequilla y la mantequilla preparada.

1/2 taza de arroz de grano corto cocido  
1 huevo duro, finamente picado  
1 cucharadita de perejil, finamente picado  
2 cucharaditas de eschsch.  
finamente picado  
1 huevo para untar, para dar brillo

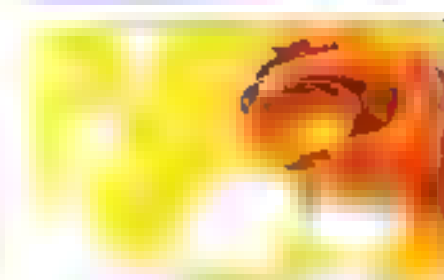
Se puede servir una porción del refresco en un vaso de aluminio. Poner los trozos de la masa con el relleno. Batir durante 10 segundos más y batir durante 10 segundos más. Poner la parte superior con la mantequilla. Poner la parte superior con la mantequilla. Poner la parte superior con la mantequilla.



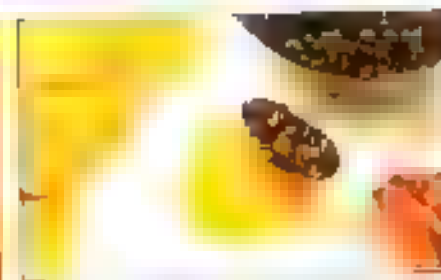
Para la bandeja de aluminio, mantequilla blanca que se usó para la bandeja de aluminio.



Refresco: la rebanita de mantequilla, hasta que esté bien picada. Agregar los champiñones bien picados.



Para la bandeja de aluminio, mantequilla blanca que se usó para la bandeja de aluminio.



Para la bandeja de aluminio, mantequilla blanca que se usó para la bandeja de aluminio.



## Arroz frito

15. 28 minutes

Page 4 of 20

[illegible]

1. Was ist die Bedeutung der ersten 4 Werte dieses Satzes?
2. Was bedeutet die erste Zeile des Satzes?
3. Was bedeutet die zweite Zeile des Satzes?
4. Was bedeutet die dritte Zeile des Satzes?
5. Was bedeutet die vierte Zeile des Satzes?
6. Was bedeutet die fünfte Zeile des Satzes?
7. Was bedeutet die sechste Zeile des Satzes?
8. Was bedeutet die siebte Zeile des Satzes?
9. Was bedeutet die achte Zeile des Satzes?
10. Was bedeutet die neunte Zeile des Satzes?

[illegible]

Norlin, Thomas D.  
1907-1908

[illegible]

1. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 2. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 3. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 4. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 5. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 6. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 7. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 8. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 9. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?  
 10. ¿Qué es un sistema de gestión de la calidad?

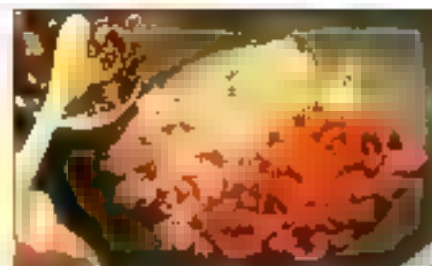
**Supernovas** Si a diesel  
rueda precipitui unde iat illa  
de ibi liquores cu mult gravata  
concreta si una e ibi o potenta  
si a precipitui unde cum la  
concreta iat plurimae  
e ias conchae.



A bowl of rice salad, featuring white rice, diced red bell peppers, green herbs, and possibly some green onions. The bowl is white with a dark rim. In the background, there's a blue and white patterned container and some green vegetables.



... ..



3. *Кто из участников не захотел изменить*  
*и не стал бы жить*



# Albóndigas Porcupine

Tiempo de preparación  
40 minutos + trabajo  
Tiempo de cocción  
+ hora aproximadamente

Para unas 20 unidades



1. Ponga el arroz en remojo en agua fría durante 1 hora, escurra, mínime y escurrido bien. Atienda sobre plato absorbente para retirar todo el agua excesiva. 10 agua caliente. Repetir el proceso con el arroz. 11. Ponga el arroz en remojo en agua fría durante 1 hora, escurra, mínime y escurrido bien. Atienda sobre plato absorbente para retirar todo el agua excesiva. 12. Le un bol grande, mezcle los ingredientes.

3. Tráigalo a la mano con los dedos y gúntalo bien. 4. Los ingredientes.

- 1 taza de arroz de grano corto
- 5 setos chinos secos
- 250 g de carne picada de resaca
- 250 g de carne picada de cerdo
- 1 taza de castañas de agua
- 4 cebollitas, finamente picadas
- 1 o 2 dientes de ajo machacados

1. Taza de castañas de agua. 2. Cebollitas, finamente picadas. 3. Dientes de ajo machacados. 4. Carne picada de resaca. 5. Carne picada de cerdo. 6. Arroz de grano corto. 7. Setos chinos secos. 8. Agua. 9. Sal. 10. Aceite. 11. Pimentón. 12. Jengibre. 13. Cebolla. 14. Ajo. 15. Carne picada de resaca. 16. Carne picada de cerdo. 17. Arroz de grano corto. 18. Setos chinos secos. 19. Agua. 20. Sal. 21. Aceite. 22. Pimentón. 23. Jengibre. 24. Cebolla. 25. Ajo. 26. Carne picada de resaca. 27. Carne picada de cerdo. 28. Arroz de grano corto. 29. Setos chinos secos. 30. Agua. 31. Sal. 32. Aceite. 33. Pimentón. 34. Jengibre. 35. Cebolla. 36. Ajo. 37. Carne picada de resaca. 38. Carne picada de cerdo. 39. Arroz de grano corto. 40. Setos chinos secos. 41. Agua. 42. Sal. 43. Aceite. 44. Pimentón. 45. Jengibre. 46. Cebolla. 47. Ajo. 48. Carne picada de resaca. 49. Carne picada de cerdo. 50. Arroz de grano corto. 51. Setos chinos secos. 52. Agua. 53. Sal. 54. Aceite. 55. Pimentón. 56. Jengibre. 57. Cebolla. 58. Ajo. 59. Carne picada de resaca. 60. Carne picada de cerdo. 61. Arroz de grano corto. 62. Setos chinos secos. 63. Agua. 64. Sal. 65. Aceite. 66. Pimentón. 67. Jengibre. 68. Cebolla. 69. Ajo. 70. Carne picada de resaca. 71. Carne picada de cerdo. 72. Arroz de grano corto. 73. Setos chinos secos. 74. Agua. 75. Sal. 76. Aceite. 77. Pimentón. 78. Jengibre. 79. Cebolla. 80. Ajo. 81. Carne picada de resaca. 82. Carne picada de cerdo. 83. Arroz de grano corto. 84. Setos chinos secos. 85. Agua. 86. Sal. 87. Aceite. 88. Pimentón. 89. Jengibre. 90. Cebolla. 91. Ajo. 92. Carne picada de resaca. 93. Carne picada de cerdo. 94. Arroz de grano corto. 95. Setos chinos secos. 96. Agua. 97. Sal. 98. Aceite. 99. Pimentón. 100. Jengibre. 101. Cebolla. 102. Ajo. 103. Carne picada de resaca. 104. Carne picada de cerdo. 105. Arroz de grano corto. 106. Setos chinos secos. 107. Agua. 108. Sal. 109. Aceite. 110. Pimentón. 111. Jengibre. 112. Cebolla. 113. Ajo. 114. Carne picada de resaca. 115. Carne picada de cerdo. 116. Arroz de grano corto. 117. Setos chinos secos. 118. Agua. 119. Sal. 120. Aceite. 121. Pimentón. 122. Jengibre. 123. Cebolla. 124. Ajo. 125. Carne picada de resaca. 126. Carne picada de cerdo. 127. Arroz de grano corto. 128. Setos chinos secos. 129. Agua. 130. Sal. 131. Aceite. 132. Pimentón. 133. Jengibre. 134. Cebolla. 135. Ajo. 136. Carne picada de resaca. 137. Carne picada de cerdo. 138. Arroz de grano corto. 139. Setos chinos secos. 140. Agua. 141. Sal. 142. Aceite. 143. Pimentón. 144. Jengibre. 145. Cebolla. 146. Ajo. 147. Carne picada de resaca. 148. Carne picada de cerdo. 149. Arroz de grano corto. 150. Setos chinos secos. 151. Agua. 152. Sal. 153. Aceite. 154. Pimentón. 155. Jengibre. 156. Cebolla. 157. Ajo. 158. Carne picada de resaca. 159. Carne picada de cerdo. 160. Arroz de grano corto. 161. Setos chinos secos. 162. Agua. 163. Sal. 164. Aceite. 165. Pimentón. 166. Jengibre. 167. Cebolla. 168. Ajo. 169. Carne picada de resaca. 170. Carne picada de cerdo. 171. Arroz de grano corto. 172. Setos chinos secos. 173. Agua. 174. Sal. 175. Aceite. 176. Pimentón. 177. Jengibre. 178. Cebolla. 179. Ajo. 180. Carne picada de resaca. 181. Carne picada de cerdo. 182. Arroz de grano corto. 183. Setos chinos secos. 184. Agua. 185. Sal. 186. Aceite. 187. Pimentón. 188. Jengibre. 189. Cebolla. 190. Ajo. 191. Carne picada de resaca. 192. Carne picada de cerdo. 193. Arroz de grano corto. 194. Setos chinos secos. 195. Agua. 196. Sal. 197. Aceite. 198. Pimentón. 199. Jengibre. 200. Cebolla. 201. Ajo. 202. Carne picada de resaca. 203. Carne picada de cerdo. 204. Arroz de grano corto. 205. Setos chinos secos. 206. Agua. 207. Sal. 208. Aceite. 209. Pimentón. 210. Jengibre. 211. Cebolla. 212. Ajo. 213. Carne picada de resaca. 214. Carne picada de cerdo. 215. Arroz de grano corto. 216. Setos chinos secos. 217. Agua. 218. Sal. 219. Aceite. 220. Pimentón. 221. Jengibre. 222. Cebolla. 223. Ajo. 224. Carne picada de resaca. 225. Carne picada de cerdo. 226. Arroz de grano corto. 227. Setos chinos secos. 228. Agua. 229. Sal. 230. Aceite. 231. Pimentón. 232. Jengibre. 233. Cebolla. 234. Ajo. 235. Carne picada de resaca. 236. Carne picada de cerdo. 237. Arroz de grano corto. 238. Setos chinos secos. 239. Agua. 240. Sal. 241. Aceite. 242. Pimentón. 243. Jengibre. 244. Cebolla. 245. Ajo. 246. Carne picada de resaca. 247. Carne picada de cerdo. 248. Arroz de grano corto. 249. Setos chinos secos. 250. Agua. 251. Sal. 252. Aceite. 253. Pimentón. 254. Jengibre. 255. Cebolla. 256. Ajo. 257. Carne picada de resaca. 258. Carne picada de cerdo. 259. Arroz de grano corto. 260. Setos chinos secos. 261. Agua. 262. Sal. 263. Aceite. 264. Pimentón. 265. Jengibre. 266. Cebolla. 267. Ajo. 268. Carne picada de resaca. 269. Carne picada de cerdo. 270. Arroz de grano corto. 271. Setos chinos secos. 272. Agua. 273. Sal. 274. Aceite. 275. Pimentón. 276. Jengibre. 277. Cebolla. 278. Ajo. 279. Carne picada de resaca. 280. Carne picada de cerdo. 281. Arroz de grano corto. 282. Setos chinos secos. 283. Agua. 284. Sal. 285. Aceite. 286. Pimentón. 287. Jengibre. 288. Cebolla. 289. Ajo. 290. Carne picada de resaca. 291. Carne picada de cerdo. 292. Arroz de grano corto. 293. Setos chinos secos. 294. Agua. 295. Sal. 296. Aceite. 297. Pimentón. 298. Jengibre. 299. Cebolla. 300. Ajo. 301. Carne picada de resaca. 302. Carne picada de cerdo. 303. Arroz de grano corto. 304. Setos chinos secos. 305. Agua. 306. Sal. 307. Aceite. 308. Pimentón. 309. Jengibre. 310. Cebolla. 311. Ajo. 312. Carne picada de resaca. 313. Carne picada de cerdo. 314. Arroz de grano corto. 315. Setos chinos secos. 316. Agua. 317. Sal. 318. Aceite. 319. Pimentón. 320. Jengibre. 321. Cebolla. 322. Ajo. 323. Carne picada de resaca. 324. Carne picada de cerdo. 325. Arroz de grano corto. 326. Setos chinos secos. 327. Agua. 328. Sal. 329. Aceite. 330. Pimentón. 331. Jengibre. 332. Cebolla. 333. Ajo. 334. Carne picada de resaca. 335. Carne picada de cerdo. 336. Arroz de grano corto. 337. Setos chinos secos. 338. Agua. 339. Sal. 340. Aceite. 341. Pimentón. 342. Jengibre. 343. Cebolla. 344. Ajo. 345. Carne picada de resaca. 346. Carne picada de cerdo. 347. Arroz de grano corto. 348. Setos chinos secos. 349. Agua. 350. Sal. 351. Aceite. 352. Pimentón. 353. Jengibre. 354. Cebolla. 355. Ajo. 356. Carne picada de resaca. 357. Carne picada de cerdo. 358. Arroz de grano corto. 359. Setos chinos secos. 360. Agua. 361. Sal. 362. Aceite. 363. Pimentón. 364. Jengibre. 365. Cebolla. 366. Ajo. 367. Carne picada de resaca. 368. Carne picada de cerdo. 369. Arroz de grano corto. 370. Setos chinos secos. 371. Agua. 372. Sal. 373. Aceite. 374. Pimentón. 375. Jengibre. 376. Cebolla. 377. Ajo. 378. Carne picada de resaca. 379. Carne picada de cerdo. 380. Arroz de grano corto. 381. Setos chinos secos. 382. Agua. 383. Sal. 384. Aceite. 385. Pimentón. 386. Jengibre. 387. Cebolla. 388. Ajo. 389. Carne picada de resaca. 390. Carne picada de cerdo. 391. Arroz de grano corto. 392. Setos chinos secos. 393. Agua. 394. Sal. 395. Aceite. 396. Pimentón. 397. Jengibre. 398. Cebolla. 399. Ajo. 400. Carne picada de resaca. 401. Carne picada de cerdo. 402. Arroz de grano corto. 403. Setos chinos secos. 404. Agua. 405. Sal. 406. Aceite. 407. Pimentón. 408. Jengibre. 409. Cebolla. 410. Ajo. 411. Carne picada de resaca. 412. Carne picada de cerdo. 413. Arroz de grano corto. 414. Setos chinos secos. 415. Agua. 416. Sal. 417. Aceite. 418. Pimentón. 419. Jengibre. 420. Cebolla. 421. Ajo. 422. Carne picada de resaca. 423. Carne picada de cerdo. 424. Arroz de grano corto. 425. Setos chinos secos. 426. Agua. 427. Sal. 428. Aceite. 429. Pimentón. 430. Jengibre. 431. Cebolla. 432. Ajo. 433. Carne picada de resaca. 434. Carne picada de cerdo. 435. Arroz de grano corto. 436. Setos chinos secos. 437. Agua. 438. Sal. 439. Aceite. 440. Pimentón. 441. Jengibre. 442. Cebolla. 443. Ajo. 444. Carne picada de resaca. 445. Carne picada de cerdo. 446. Arroz de grano corto. 447. Setos chinos secos. 448. Agua. 449. Sal. 450. Aceite. 451. Pimentón. 452. Jengibre. 453. Cebolla. 454. Ajo. 455. Carne picada de resaca. 456. Carne picada de cerdo. 457. Arroz de grano corto. 458. Setos chinos secos. 459. Agua. 460. Sal. 461. Aceite. 462. Pimentón. 463. Jengibre. 464. Cebolla. 465. Ajo. 466. Carne picada de resaca. 467. Carne picada de cerdo. 468. Arroz de grano corto. 469. Setos chinos secos. 470. Agua. 471. Sal. 472. Aceite. 473. Pimentón. 474. Jengibre. 475. Cebolla. 476. Ajo. 477. Carne picada de resaca. 478. Carne picada de cerdo. 479. Arroz de grano corto. 480. Setos chinos secos. 481. Agua. 482. Sal. 483. Aceite. 484. Pimentón. 485. Jengibre. 486. Cebolla. 487. Ajo. 488. Carne picada de resaca. 489. Carne picada de cerdo. 490. Arroz de grano corto. 491. Setos chinos secos. 492. Agua. 493. Sal. 494. Aceite. 495. Pimentón. 496. Jengibre. 497. Cebolla. 498. Ajo. 499. Carne picada de resaca. 500. Carne picada de cerdo. 501. Arroz de grano corto. 502. Setos chinos secos. 503. Agua. 504. Sal. 505. Aceite. 506. Pimentón. 507. Jengibre. 508. Cebolla. 509. Ajo. 510. Carne picada de resaca. 511. Carne picada de cerdo. 512. Arroz de grano corto. 513. Setos chinos secos. 514. Agua. 515. Sal. 516. Aceite. 517. Pimentón. 518. Jengibre. 519. Cebolla. 520. Ajo. 521. Carne picada de resaca. 522. Carne picada de cerdo. 523. Arroz de grano corto. 524. Setos chinos secos. 525. Agua. 526. Sal. 527. Aceite. 528. Pimentón. 529. Jengibre. 530. Cebolla. 531. Ajo. 532. Carne picada de resaca. 533. Carne picada de cerdo. 534. Arroz de grano corto. 535. Setos chinos secos. 536. Agua. 537. Sal. 538. Aceite. 539. Pimentón. 540. Jengibre. 541. Cebolla. 542. Ajo. 543. Carne picada de resaca. 544. Carne picada de cerdo. 545. Arroz de grano corto. 546. Setos chinos secos. 547. Agua. 548. Sal. 549. Aceite. 550. Pimentón. 551. Jengibre. 552. Cebolla. 553. Ajo. 554. Carne picada de resaca. 555. Carne picada de cerdo. 556. Arroz de grano corto. 557. Setos chinos secos. 558. Agua. 559. Sal. 560. Aceite. 561. Pimentón. 562. Jengibre. 563. Cebolla. 564. Ajo. 565. Carne picada de resaca. 566. Carne picada de cerdo. 567. Arroz de grano corto. 568. Setos chinos secos. 569. Agua. 570. Sal. 571. Aceite. 572. Pimentón. 573. Jengibre. 574. Cebolla. 575. Ajo. 576. Carne picada de resaca. 577. Carne picada de cerdo. 578. Arroz de grano corto. 579. Setos chinos secos. 580. Agua. 581. Sal. 582. Aceite. 583. Pimentón. 584. Jengibre. 585. Cebolla. 586. Ajo. 587. Carne picada de resaca. 588. Carne picada de cerdo. 589. Arroz de grano corto. 590. Setos chinos secos. 591. Agua. 592. Sal. 593. Aceite. 594. Pimentón. 595. Jengibre. 596. Cebolla. 597. Ajo. 598. Carne picada de resaca. 599. Carne picada de cerdo. 600. Arroz de grano corto. 601. Setos chinos secos. 602. Agua. 603. Sal. 604. Aceite. 605. Pimentón. 606. Jengibre. 607. Cebolla. 608. Ajo. 609. Carne picada de resaca. 610. Carne picada de cerdo. 611. Arroz de grano corto. 612. Setos chinos secos. 613. Agua. 614. Sal. 615. Aceite. 616. Pimentón. 617. Jengibre. 618. Cebolla. 619. Ajo. 620. Carne picada de resaca. 621. Carne picada de cerdo. 622. Arroz de grano corto. 623. Setos chinos secos. 624. Agua. 625. Sal. 626. Aceite. 627. Pimentón. 628. Jengibre. 629. Cebolla. 630. Ajo. 631. Carne picada de resaca. 632. Carne picada de cerdo. 633. Arroz de grano corto. 634. Setos chinos secos. 635. Agua. 636. Sal. 637. Aceite. 638. Pimentón. 639. Jengibre. 640. Cebolla. 641. Ajo. 642. Carne picada de resaca. 643. Carne picada de cerdo. 644. Arroz de grano corto. 645. Setos chinos secos. 646. Agua. 647. Sal. 648. Aceite. 649. Pimentón. 650. Jengibre. 651. Cebolla. 652. Ajo. 653. Carne picada de resaca. 654. Carne picada de cerdo. 655. Arroz de grano corto. 656. Setos chinos secos. 657. Agua. 658. Sal. 659. Aceite. 660. Pimentón. 661. Jengibre. 662. Cebolla. 663. Ajo. 664. Carne picada de resaca. 665. Carne picada de cerdo. 666. Arroz de grano corto. 667. Setos chinos secos. 668. Agua. 669. Sal. 670. Aceite. 671. Pimentón. 672. Jengibre. 673. Cebolla. 674. Ajo. 675. Carne picada de resaca. 676. Carne picada de cerdo. 677. Arroz de grano corto. 678. Setos chinos secos. 679. Agua. 680. Sal. 681. Aceite. 682. Pimentón. 683. Jengibre. 684. Cebolla. 685. Ajo. 686. Carne picada de resaca. 687. Carne picada de cerdo. 688. Arroz de grano corto. 689. Setos chinos secos. 690. Agua. 691. Sal. 692. Aceite. 693. Pimentón. 694. Jengibre. 695. Cebolla. 696. Ajo. 697. Carne picada de resaca. 698. Carne picada de cerdo. 699. Arroz de grano corto. 700. Setos chinos secos. 701. Agua. 702. Sal. 703. Aceite. 704. Pimentón. 705. Jengibre. 706. Cebolla. 707. Ajo. 708. Carne picada de resaca. 709. Carne picada de cerdo. 710. Arroz de grano corto. 711. Setos chinos secos. 712. Agua. 713. Sal. 714. Aceite. 715. Pimentón. 716. Jengibre. 717. Cebolla. 718. Ajo. 719. Carne picada de resaca. 720. Carne picada de cerdo. 721. Arroz de grano corto. 722. Setos chinos secos. 723. Agua. 724. Sal. 725. Aceite. 726. Pimentón. 727. Jengibre. 728. Cebolla. 729. Ajo. 730. Carne picada de resaca. 731. Carne picada de cerdo. 732. Arroz de grano corto. 733. Setos chinos secos. 734. Agua. 735. Sal. 736. Aceite. 737. Pimentón. 738. Jengibre. 739. Cebolla. 740. Ajo. 741. Carne picada de resaca. 742. Carne picada de cerdo. 743. Arroz de grano corto. 744. Setos chinos secos. 745. Agua. 746. Sal. 747. Aceite. 748. Pimentón. 749. Jengibre. 750. Cebolla. 751. Ajo. 752. Carne picada de resaca. 753. Carne picada de cerdo. 754. Arroz de grano corto. 755. Setos chinos secos. 756. Agua. 757. Sal. 758. Aceite. 759. Pimentón. 760. Jengibre. 761. Cebolla. 762. Ajo. 763. Carne picada de resaca. 764. Carne picada de cerdo. 765. Arroz de grano corto. 766. Setos chinos secos. 767. Agua. 768. Sal. 769. Aceite. 770. Pimentón. 771. Jengibre. 772. Cebolla. 773. Ajo. 774. Carne picada de resaca. 775. Carne picada de cerdo. 776. Arroz de grano corto. 777. Setos chinos secos. 778. Agua. 779. Sal. 780. Aceite. 781. Pimentón. 782. Jengibre. 783. Cebolla. 784. Ajo. 785. Carne picada de resaca. 786. Carne picada de cerdo. 787. Arroz de grano corto. 788. Setos chinos secos. 789. Agua. 790. Sal. 791. Aceite. 792. Pimentón. 793. Jengibre. 794. Cebolla. 795. Ajo. 796. Carne picada de resaca. 797. Carne picada de cerdo. 798. Arroz de grano corto. 799. Setos chinos secos. 800. Agua. 801. Sal. 802. Aceite. 803. Pimentón. 804. Jengibre. 805. Cebolla. 806. Ajo. 807. Carne picada de resaca. 808. Carne picada de cerdo. 809. Arroz de grano corto. 810. Setos chinos secos. 811. Agua. 812. Sal. 813. Aceite. 814. Pimentón. 815. Jengibre. 816. Cebolla. 817. Ajo. 818. Carne picada de resaca. 819. Carne picada de cerdo. 820. Arroz de grano corto. 821. Setos chinos secos. 822. Agua. 823. Sal. 824. Aceite. 825. Pimentón. 826. Jengibre. 827. Cebolla. 828. Ajo. 829. Carne picada de resaca. 830. Carne picada de cerdo. 831. Arroz de grano corto. 832. Setos chinos secos. 833. Agua. 834. Sal. 835. Aceite. 836. Pimentón. 837. Jengibre. 838. Cebolla. 839. Ajo. 840. Carne picada de resaca. 841. Carne picada de cerdo. 842. Arroz de grano corto. 843. Setos chinos secos. 844. Agua. 845. Sal. 846. Aceite. 847. Pimentón. 848. Jengibre. 849. Cebolla. 850. Ajo. 851. Carne picada de resaca. 852. Carne picada de cerdo. 853. Arroz de grano corto. 854. Setos chinos secos. 855. Agua. 856. Sal. 857. Aceite. 858. Pimentón. 859. Jengibre. 860. Cebolla. 861. Ajo. 862. Carne picada de resaca. 863. Carne picada de cerdo. 864. Arroz de grano corto. 865. Setos chinos secos. 866. Agua. 867. Sal. 868. Aceite. 869. Pimentón. 870. Jengibre. 871. Cebolla. 872. Ajo. 873. Carne picada de resaca. 874. Carne picada de cerdo. 875. Arroz de grano corto. 876. Setos chinos secos. 877. Agua. 878. Sal. 879. Aceite. 880. Pimentón. 881. Jengibre. 882. Cebolla. 883. Ajo. 884. Carne picada de resaca. 885. Carne picada de cerdo. 886. Arroz de grano corto. 887. Setos chinos secos. 888. Agua. 889. Sal. 890. Aceite. 891. Pimentón. 892. Jengibre. 893. Cebolla. 894. Ajo. 895. Carne picada de resaca. 896. Carne picada de cerdo. 897. Arroz de grano corto. 898. Setos chinos secos. 899. Agua. 900. Sal. 901. Aceite. 902. Pimentón. 903. Jengibre. 904. Cebolla. 905. Ajo. 906. Carne picada de resaca. 907. Carne picada de cerdo. 908. Arroz de grano corto. 909. Setos chinos secos. 910. Agua. 911. Sal. 912. Aceite. 913. Pimentón. 914. Jengibre. 915. Cebolla. 916. Ajo. 917. Carne picada de resaca. 918. Carne picada de cerdo. 919. Arroz de grano corto. 920. Setos chinos secos. 921. Agua. 922. Sal. 923. Aceite. 924. Pimentón. 925. Jengibre. 926. Cebolla. 927. Ajo. 928. Carne picada de resaca. 929. Carne picada de cerdo. 930. Arroz de grano corto. 931. Setos chinos secos. 932. Agua. 933. Sal. 934. Aceite. 935. Pimentón. 936. Jengibre. 937. Cebolla. 938. Ajo. 939. Carne picada de resaca. 940. Carne picada de cerdo. 941. Arroz de grano corto. 942. Setos chinos secos. 943. Agua. 944. Sal. 945. Aceite. 946. Pimentón. 947. Jengibre. 948. Cebolla. 949. Ajo. 950. Carne picada de resaca. 951. Carne picada de cerdo. 952. Arroz de grano corto. 953. Setos chinos secos. 954. Agua. 955. Sal. 956. Aceite. 957. Pimentón. 958. Jengibre. 959. Cebolla. 960. Ajo. 961. Carne picada de resaca. 962. Carne picada de cerdo. 963. Arroz de grano corto. 964. Setos chinos secos. 965. Agua. 966. Sal. 967. Aceite. 968. Pimentón. 969. Jengibre. 970. Cebolla. 971. Ajo. 972. Carne picada de resaca. 973. Carne picada de cerdo. 974. Arroz de grano corto. 975. Setos chinos secos. 976. Agua. 977. Sal. 978. Aceite. 979. Pimentón. 980. Jengibre. 981. Cebolla. 982. Ajo. 983. Carne picada de resaca. 984. Carne picada de cerdo. 985. Arroz de grano corto. 986. Setos chinos secos. 987. Agua. 988. Sal. 989. Aceite. 990. Pimentón. 991. Jengibre. 992. Cebolla. 993. Ajo. 994. Carne picada de resaca. 995. Carne picada de cerdo. 996. Arroz de grano corto. 997. Setos chinos secos. 998. Agua. 999. Sal. 1000. Aceite. 1001. Pimentón. 1002. Jengibre. 1003. Cebolla. 1004. Ajo. 1005. Carne picada de resaca. 1006. Carne picada de cerdo. 1007. Arroz de grano corto. 1008. Setos chinos secos. 1009. Agua. 1010. Sal. 1011. Aceite. 1012. Pimentón. 1013. Jengibre. 1014. Cebolla. 1015. Ajo. 1016. Carne picada de resaca. 1017. Carne picada de cerdo. 1018. Arroz de grano corto. 1019. Setos chinos secos. 1020. Agua. 1021. Sal. 1022. Aceite. 1023. Pimentón. 1024. Jengibre. 1025. Cebolla. 1026. Ajo. 1027. Carne picada de resaca. 1028. Carne picada de cerdo. 1029. Arroz de grano corto. 1030. Setos chinos secos. 1031. Agua. 1032. Sal. 1033. Aceite. 1034. Pimentón. 1035. Jengibre. 1036. Cebolla. 1037. Ajo. 1038. Carne picada de resaca. 1039. Carne picada de cerdo. 1040. Arroz de grano corto. 1041. Setos chinos secos. 1042. Agua. 1043. Sal. 1044. Aceite. 1045. Pimentón. 1046. Jengibre. 1047. Cebolla. 1048. Ajo. 1049. Carne picada de resaca. 1050. Carne picada de cerdo. 1051. Arroz de grano corto. 1052. Setos chinos secos. 1053. Agua. 1054. Sal. 1055. Aceite. 1056. Pimentón. 1057. Jengibre. 1058. Cebolla. 1059. Ajo. 1060. Carne picada de resaca. 1061. Carne picada de cerdo. 1062. Arroz de grano corto. 1063. Setos chinos secos. 1064. Agua. 1065. Sal. 1066. Aceite. 1067. Pimentón. 1068. Jengibre. 1069. Cebolla. 1070. Ajo. 1071. Carne picada de resaca. 1072. Carne picada de cerdo. 1073. Arroz de grano corto. 1074. Setos chinos secos. 1075. Agua. 1076. Sal. 1077. Aceite. 1078. Pimentón. 1079. Jengibre. 1080. Cebolla. 1081. Ajo. 1082. Carne picada de resaca. 1083. Carne picada de cerdo. 1084. Arroz de grano corto. 1085. Setos chinos secos. 1086. Agua. 1087. Sal. 1088. Aceite. 1089. Pimentón. 1090. Jengibre. 1091. Cebolla. 1092. Ajo. 1093. Carne picada de resaca. 1094. Carne picada de cerdo. 1095. Arroz de grano corto. 1096. Setos chinos secos. 1097. Agua. 1098. Sal. 1099. Aceite. 1100. Pimentón. 1101. Jengibre. 1102. Cebolla. 1103. Ajo. 1104. Carne picada de resaca. 1105. Carne picada de cerdo. 1106. Arroz de grano corto. 1107. Setos chinos secos. 1108. Agua. 1109. Sal. 1110. Aceite. 1111. Pimentón. 1112. Jengibre. 1113. Cebolla. 1114. Ajo. 1115. Carne picada de resaca. 1116. Carne picada de cerdo. 1117. Arroz de grano corto. 1118. Setos chinos secos. 1119. Agua. 1120. Sal. 1121. Aceite. 1122. Pimentón. 1123. Jengibre. 1124. Cebolla. 1125. Ajo. 1126. Carne picada de resaca. 1127. Carne picada de cerdo. 1128. Arroz de grano corto. 1129. Setos chinos secos. 1130. Agua. 1131. Sal. 1132. Aceite. 1133. Pimentón. 1134. Jengibre. 1135. Cebolla. 1136. Ajo. 1137. Carne picada de resaca. 1138. Carne picada de cerdo. 1139. Arroz de grano corto. 1140. Setos chinos secos. 1141. Agua. 1142. Sal. 1143. Aceite. 1144. Pimentón. 1145. Jengibre. 1146. Cebolla. 1147. Ajo. 1148. Carne picada de resaca. 1149. Carne picada de cerdo. 1150. Arroz de grano corto. 1151. Setos chinos secos. 1152. Agua. 1153. Sal. 1154. Aceite. 1155. Pimentón. 1156. Jengibre. 1157. Cebolla. 1158. Ajo. 1159. Carne picada de resaca. 1160. Carne picada de cerdo. 1161. Arroz de grano corto. 1162. Setos chinos secos. 1163. Agua. 1164. Sal. 1165. Aceite. 1166. Pimentón. 1167. Jengibre. 1168. Cebolla. 1169. Ajo. 1170. Carne picada de resaca. 1171. Carne picada de cerdo. 1172. Arroz de grano corto. 1173. Setos chinos secos. 1174. Agua. 1175. Sal. 1176. Aceite. 1177. Pimentón. 1178. Jengibre. 1179. Cebolla. 1180. Ajo. 1181. Carne picada de resaca. 1182. Carne picada de cerdo. 1183. Arroz de grano corto. 1184. Setos chinos secos. 1185. Agua. 1186. Sal. 1187. Aceite. 1188. Pimentón. 1189. Jengibre. 1190. Cebolla. 1191. Ajo. 1192. Carne picada de resaca. 1193. Carne picada de cerdo. 1194. Arroz de grano corto. 1195. Setos chinos secos. 1196. Agua. 1197. Sal. 1198. Aceite. 1199. Pimentón. 1200. Jengibre. 1201. Cebolla. 1202. Ajo. 1203. Carne picada de resaca. 1204. Carne picada de cerdo. 1205. Arroz de grano corto. 1206. Setos chinos secos. 1207. Agua. 1208. Sal. 1209. Aceite. 1210. Pimentón. 1211. Jengibre. 1212. Cebolla. 1213. Ajo. 1214. Carne picada de resaca. 1215. Carne picada de cerdo. 1216. Arroz de grano corto. 1217. Setos chinos secos. 1218. Agua. 1219. Sal. 1220. Aceite. 1221. Pimentón. 1222. Jengibre. 1223. Cebolla. 1224. Ajo. 1225. Carne picada de resaca. 1226. Carne picada de cerdo. 1227. Arroz de grano corto. 1228. Setos chinos secos. 1229. Agua. 1230. Sal. 1231. Aceite. 1232. Pimentón. 1233. Jengibre. 1234.



# Platillo

Tiempo de preparación:  
20 minutos + remojo  
Tiempo de cocción:  
50 minutos

Para 4-6 personas



Este plato de origen árabe, lleva el nombre en un castellano. Se trata de un plato de origen árabe, en una receta tradicional de la cocina árabe. Se trata de un plato de origen árabe, en una receta tradicional de la cocina árabe. Se trata de un plato de origen árabe, en una receta tradicional de la cocina árabe.

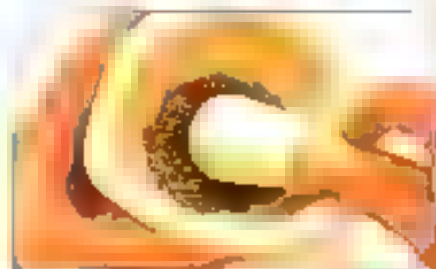
2. Agregue el arroz escurrecido y déjelo cocinar durante 7-8 minutos. Agregue el arroz escurrecido y déjelo cocinar durante 7-8 minutos.

2 tazas de arroz hervido  
de grano largo  
1/2 g de ghee  
1 cebolla grande, finamente  
picada  
1 cucharadita de semillas  
de cardamomo, un poco  
machacadas  
1 cucharadita de semillas  
de comino, un poco  
machacadas  
6 gramos de pimienta  
negra molida, un poco  
machacada

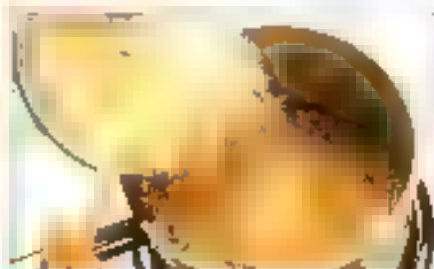
1 cucharadita de cúrcuma  
1 cucharadita de comino  
molido  
3 tazas de caldo de pollo  
caliente  
1/2 taza de pasitos de  
cáscara, picados  
1/2 taza de dátiles picados  
1/2 taza de ciruelas picadas

que se le agregan a  
los ingredientes que se  
le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes

que se le agregan a  
los ingredientes que se  
le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes  
que se le agregan a los ingredientes



Plato de arroz de origen árabe, en una receta tradicional de la cocina árabe.



Plato de arroz de origen árabe, en una receta tradicional de la cocina árabe.



Plato de arroz de origen árabe, en una receta tradicional de la cocina árabe.



Plato de arroz de origen árabe, en una receta tradicional de la cocina árabe.

## Arroz al vapor al estilo tailandés

Tiempo de preparación:  
\$ minutos.

Tempo de reação  
25 minutos

**Part 4-4 persons**

1. Levante y agita lentamente la chubascón en las cacerolas grandes de fondo pesado. Agrega poco a poco el azúcar y el sal. Remueve y vuelve a hervir.

3122 DE JONGE ET AL.

It turns the actor around in  
jazz-like  
and all around

[illegible]

• **Atención personalizada.** Con la ayuda de un vendedor podrá encontrarle el libro inmediatamente.

• **Nada.** Para el caso que el libro que busca no lo encuentre en el departamento de libros de la biblioteca, podrá solicitarlo para sacárselo con otros lectores, clientes, o a quienes los quieren comprar. Así, adquiere el tipo de optimización: siempre al cliente con el mejor precio.

$$\Delta_{\text{eff}} = \frac{1}{2} \left( \frac{1}{\Delta_{\text{eff}}} + \frac{1}{\Delta_{\text{eff}}} \right) = \frac{1}{2} \left( \frac{1}{\Delta_{\text{eff}}} + \frac{1}{\Delta_{\text{eff}}} \right)$$

**התאחדות המורים**  
**מחלקת חינוך**  
**יחידת חינוך**  
**40 תלמידים**

**Fig. 6-5** *continued*



2 tazas de arroz pilado  
blanco  
1/2 taza de leche de coco  
para servir de sal

3. Punga-3 are în un hotel  
gratit de cina și de cafea.  
ultimul este numai după  
ce s-au alăturat și hoșarii.  
Nu au mai rămas decât să se  
gratit și să se ducă la  
2. Punga-3 au fost  
de un cost foarte mare.

[illegible]

3. Милитаризация и усиление влияния армии в обществе, то есть в то время, когда армия является одним из главных источников власти и влияния в обществе.

תש"ע

դրու ա շնորհակալութիւնս  
 որով ձ արդի վերադա  
 րումներէ ինքեզ յաջող  
 քան ինչ որ ձեռք ձեր  
 քաջ շնորհակալութիւնս

**Nota:** Idrul este un medicament care este folosit pentru a trata hipertensiunea arterială. Este important să luați acest medicament exact așa cum vi s-a prescris, deoarece o doză greșită poate duce la complicații grave.



an [online guide](#) to help you find the right one.



# 'Calabaza de salmón

Tiempo de preparación  
25 minutos + refrigeración

Tiempo de cocción  
1 hora

Para 4-6 personas



1 Purga la mitad de la mantquilla en una sartén. Saltee la cebolla durante 5 minutos, hasta que esté tierna pero no dorada. Añada los champiñones y radichas durante 5 minutos. Incorpora el zumo de limón y véalo en preparación de la salsa.

2 Saltee la mantquilla restante en la sartén. Añada el ajo, la cebolla y el perejil durante 10 minutos. Retíralo del fuego, deje que se enfíe un poco y añada el vino. Pica la cebolla, el perejil y sazónelo con sal y pimienta. Mézclalo con cuidado los ingredientes y resérvelo.

3 Mézclelo al arroz y la nata líquida en un bol pequeño. Resérvelo.

40 g de mantquilla  
1 cebolla, finamente picada  
200 g de champiñones pequeños, en láminas  
200 g de filetes de salmón, sin espina y cortados en dados pequeños  
2 huevos duros, picados  
2 cucharadas de coleslaw fresco, picado

el zumo de 1 limón  
3 cucharadas de perejil fresco, picado  
1 taza de arroz integral cocido  
3 cucharadas de nata líquida  
375 g de masa de hojaldre rectangular  
1 huevo batido

3 Mezcla la mitad de masa de hojaldre con la cebolla, los champiñones y el perejil. Unta los bordes de la masa con la mezcla de huevo batido y harina. Corta la masa en 6 triángulos y mézclalos.

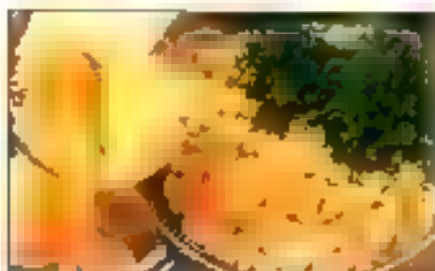
4 3 cucharadas de crema agria. Mézclala con la cebolla, los champiñones y el perejil. Unta los bordes de la masa con la mezcla de huevo batido y harina. Corta la masa en 6 triángulos y mézclalos.

5 Escucha la otra mitad de masa de hojaldre rectangular y mézclala con la crema agria y el perejil. Unta los bordes de la masa con la mezcla de huevo batido y harina. Corta la masa en 6 triángulos y mézclalos.

Sella los bordes. Practique dos cortes en la parte superior (vertical) en los triángulos de masa. Déjelo reposar durante 40 minutos.

6 Precaliente el horno a 210°C. Pinta el pastel con huevo batido y hornealo 5 minutos. Reduzca la temperatura a 180°C y hornealo de 75 a 85 minutos, hasta que esté bien dorado. Sazónelo con crema agria.

Suplemento Si lo prefiere, utilice salmón tipo de lata. Este plato puede conservarse hasta un mes en el congelador.



Cuando el salmón se ha purificado, se purifica. Añade el huevo, el perejil y el perejil. Sazónelo.



Escucha la masa y córtala en triángulos rectangulares. Resérvelo en un bol pequeño para el arroz.



Unida el arroz mézclalo antes los platos de arroz.



Para el arroz, calienta la nata y la cebolla. Mézclala con la crema agria y el perejil.

# Tomates y pimientos rellenos

Tiempo de preparación  
40 minutos  
Tiempo de cocción  
a fuego 24 minutos

Para 6 unidades



- 2 tomates grandes y
- 2 pimientos rojos o verdes pequeños
- 1/2 taza de arroz anterior
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla roja, picada
- 1 a 2 dientes de ajo
- 1 cucharadita de hojas de orégano seco
- 3 cucharaditas de pimientos
- 3 cucharadas de pasas de Corinto
- 1/2 taza de cilantro fresco picado
- 3 cucharadas de perejil fresco picado
- aceite de oliva

1. Use una fuente refractaria grande con un poco de aceite.

Presiente el horno a 180 °C. Corte la parte superior de cada tomate. Retire la pulpa con una cuchara y pongala en un bol. Pasa por un colador para escurrir el jugo y mézclelo en partes pequeñas. Retire el jugo y la pulpa de los tomates con el colador. Ponga los pimientos boca abajo sobre una toalla para que se sequen. Retire la parte superior de los pimientos y retire la pulpa con una cuchara. Ponga los pimientos boca abajo sobre una toalla para que se sequen.

2. Hervia el arroz en una olla con agua hirviendo a fuego fuerte durante 10 a 15 minutos hasta que esté hecho. Escurrelo y resérvalo en una ensaladera para que se enfríe. 3. Caliente dos cucharadas de aceite de oliva en una sartén. Saltee la cebolla y el ajo machacado y el orégano de 8 a 10 minutos, hasta que la cebolla esté tierna. Agrega los pimientos y las pasas de Corinto

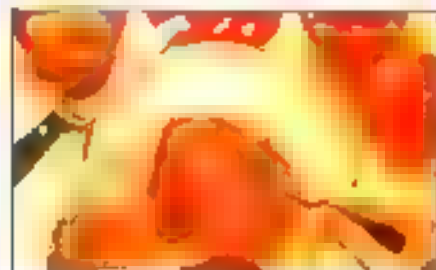
y siga salteando 5 minutos más, removiendo a menudo. Retire la preparación del fuego y espérrala dos minutos por encima. Sazónela con sal y pimienta al gusto.

4. Herví el arroz en una olla con agua hirviendo a fuego fuerte durante 10 a 15 minutos hasta que esté hecho. Escurrelo y resérvalo en una ensaladera para que se enfríe. 5. Caliente dos cucharadas de aceite de oliva en una sartén. Saltee la cebolla y el ajo machacado y el orégano de 8 a 10 minutos, hasta que la cebolla esté tierna. Agrega los pimientos y las pasas de Corinto

y siga salteando 5 minutos más, removiendo a menudo. Retire la preparación del fuego y espérrala dos minutos por encima. Sazónela con sal y pimienta al gusto.

6. Ponga los tomates y los pimientos en la fuente refractaria con la preparación de arroz y pimientos. Cubra la fuente con papel de aluminio y hornéelos 20 minutos.

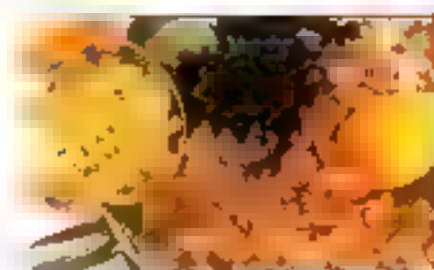
7. Retire la fuente del horno y espérrala dos minutos. Sirva los tomates y los pimientos rellenos con una cucharada de jugo de tomate.



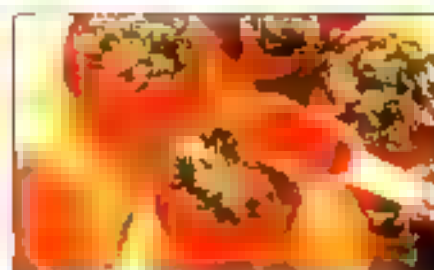
Retire la pulpa del tomate y pongala en un bol. Escurrirla para separarla del jugo.



Retire la parte superior de los pimientos con una cuchara y pongala en un bol. Escurrirla para separarla del jugo.



Replene los tomates y los pimientos con la mezcla de arroz y pimientos.



Sirva los tomates y los pimientos rellenos con una cucharada de jugo de tomate.



# Arroz al estilo cajun

tiempo de preparación:

35 minutos

tiempo de cocción:

45 minutos

Para 6 personas



1. Poner la mantequilla en una cacerola de metal esmaltado. Agregar las cebollas y el pimiento verde picados y el ajo. Battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados. Pasar la preparación a una tartera.

2. Añadir los ajosillos y la polenta a la cacerola y cocinar durante 10 minutos. Añadir los tomates y la cebolla y la zanahoria picados y la mantequilla. Battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados.

3. Battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados. Añadir la polenta y la mantequilla y battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados.

64 g de mantequilla  
1 cebolla, finamente picada  
2 dientes de ajo  
1 pimiento verde, en dados  
1 taza de agua, en dados  
180 g de legumbres de polenta, picadas  
250 g de carne picada de cerdo  
3 cucharadas de salsa de tomate  
2 cucharaditas de cubito de pollo en polvo  
1 cucharadita de Tabasco  
1 cucharadita de ajo en polvo

3. Añadir la carne picada a la cacerola y battear durante 10 minutos hasta que la carne esté bien dorada. Añadir la polenta y la mantequilla y battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados.

1 cucharadita de cebolla en polvo  
1/2 cucharadita de hojas de tomillo seco  
1/2 cucharadita de pimentón dulce  
1/2 cucharadita de pimienta negra molida  
1/2 cucharadita de pimentón de la tierra  
1/2 cucharadita de oregano seco  
2 tazas de arroz de grano largo  
1 taza de cubito de pollo en polvo

4. Battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados. Añadir la polenta y la mantequilla y battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados.



1. Añadir la mantequilla y el ajo a la cacerola y battear durante 10 minutos.



2. Añadir la carne picada a la cacerola y battear durante 10 minutos hasta que la carne esté bien dorada.



3. Battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados.



4. Battear durante 10 minutos hasta que los vegetales estén bien dorados.

## Dulces postres de arroz

A la mayoría de nosotros el arroz con leche nos evoca la infancia, aquellos asados de los domingos en los que este postre se cocinaba en la parte inferior del horno, bajo la carne y las verduras.

### Arroz con leche cremoso

Precaliente el horno a 50 °C. Engrase una fuente refractaria con una espátula de 1 litro e introdúzcala en las estufas del horno medio lleno con agua. Lave 1/2 taza de arroz de grano corto. Escúrralo y mézclalo en la fuente con 3 tazas de leche entera, 2 cucharadas de azúcar extrafino y cucharadita de esencia de vainilla y otra

de ralladura de limón. Remueva bien y cubra con una capadera o papel de aluminio. Hornéelo de 2 1/2 a 3 horas, removiendo 3 o 4 veces durante la cocción. Retire la tapa superior de lata, pruebe el arroz para comprobar si está cocido y agregue 1 cucharadita de nata líquida. Siéntalo sobre el fuego con compañía de frutas. Para 4 ó 6 personas.

### Arroz kheer

Ponga en remojo 1/2 taza de arroz basmati de grano largo en agua durante 30 minutos y escúrralo. En una cacerola grande de fondo pesado, ponga litros de leche entera y 5 valones de cardamomo machacados. Mévelo a ebullición. Agregue el arroz, baje el fuego y cocínelo a baja. Remueva la preparación a menudo para que el arroz quede suelto

por 125 g de azúcar. Bata 1 cucharada de pasas y 3 cucharadas de almendra picada. Mévelo a ebullición y déjelo 40 minutos, hasta que una consistencia espesa a la de las gachas. Mévelo a menudo para que se pegue en la base de la cacerola. Retire el humo. Mezcle una pizca de azúcar con un litro de agua y agréguelo a la preparación. de esta manera el arroz quedará suelto. Juega, una vez frío puede servir una cucharada de de queso a la preparación. el arroz debe ser frío. (Preparado con un poco de la. Para 6 personas.

### Arroz con leche y almendras al estilo danés

En una cacerola, vierta 1/2 taza de arroz de grano largo y 2 tazas de agua fría. Remueva y mévelo lentamente a ebullición. Hierva el arroz durante 2 minutos y escúrralo. En otra cacerola, ponga 2 1/2 tazas de leche entera y mévelo lentamente a ebullición. Agregue el arroz, mévelo y, a continuación, baje el fuego al mínimo. Mévelo 25 ó 30 minutos y remuévalo a menudo, hasta que esté cocido. La preparación quedará cremosa y espesa. Retire la cacerola del fuego y agregue 2 cucharaditas de esencia de vainilla y 2 cucharadas de azúcar

De izquierda a derecha:  
Arroz con leche cremoso.  
Arroz kheer y Arroz con leche y almendras al estilo danés

extrafino. Mezcle en un bowl. Apelo y déjelo frío. Bata 1/2 taza de nata líquida y mézclala sobre el arroz puesto con 1 cucharadita de almendra picada y remueva. Siéntalo frío, cocinado con leche de cerezo. Para 4 personas.



## Dulces postres de arroz

### Arroz cremoso

Lave 1½ tazas de arroz de grano corto bajo el chorro de agua fría y escúrralo bien. En una cacerola, ponga 1 litro de leche entera y ¼ taza de azúcar extrafino. Llévelo lentamente a ebullición y rehúese hasta que se haya disuelto el azúcar. Incorpore esta mezcla al arroz, baje el fuego al mínimo y déjelo cocer una hora tapada ajustada. Remueva cada 15 minutos hasta que el arroz esté cocido. Transcurrido 1 hora, el arroz estará tierno y cremoso. Añade 1 cucharadita de esencia de vainilla. Sirvalo caliente o frío con compotas de frutas. Para 4 ó 6 personas.

### Arroz con leche al antiguo estilo inglés

Precaliente el horno a 160 °C. Engrase con un poco de mantequilla una fuente refractaria con capacidad para 7 litros. Llene la mitad de una bandeja de horno con agua y póngala en el horno. Lave ½ taza de arroz de grano corto y déjelo escurrir en un colador 10 minutos. En una cacerola de fondo pesado, lleve ¾ taza de agua a ebullición. Añade el arroz y hiévalo durante 2 minutos, hasta que haya absorbido el agua. (Precaución: que el arroz no se pegue en la cacerola.)

Incorpore 1 litro de leche entera y 1 cucharadita de ralladura de limón. Llévelo a ebullición sin dejar de remover. Baje el fuego al mínimo y guárdelo durante 75 minutos, removiendo de vez en cuando, hasta que el arroz esté cocido. Déjelo enfriar 5 minutos y añague ½ taza de nata espesa, 3 yemas de huevo y 2 ó 3 cucharadas de azúcar extrafino, al gusto. Bata 3 claras de huevo en un bol pequeño limpio hasta que estén a punto de nieve. Viértalas con suavidad sobre

*De izquierda a derecha:  
Arroz cremoso, Arroz con  
leche al antiguo estilo inglés  
y Crema de arroz al horno*

el arroz. Ponga la fuente dentro de la bandeja. Hornée el arroz durante 30 minutos, hasta que la superficie esté ligeramente dorada. Cúbralo con papel de aluminio y prolongue la cocción durante 40 ó 45 minutos más, hasta que esté consistente. Espolvoreelo con azúcar glas y servalo tibio, acompañado de nata. Para 4 ó 6 personas.

### Crema de arroz al horno

Precaliente el horno a 150 °C. Engrase una fuente refractaria

con una capacidad de 1 litro con mantequilla derretida e untézola en una bandeja de horno con un poco de agua. Ponga 1 taza de arroz cocido y 3 cucharadas de sustituto (opcional) en la fuente refractaria. Mezcle 3 huevos poco batidos, 2½ tazas de leche entera, 1 cucharadita de esencia de vainilla y 3 cucharadas de azúcar extrafino. Vierta la preparación sobre el arroz y la ralladura. Hornéelo durante 30 minutos y remuévalo con cuidado con un tenedor.

Prolongue la cocción durante 30 minutos más y remueva de nuevo.

(Si lo desea, espolvoree la superficie con más mantequilla rallada). Hornée el arroz sobre 20 minutos, hasta que la crema esté consistente. Sirvalo tibio o frío. Para 4 personas.

**Nota:** 4 cucharadas de arroz crudo equivalen a 1 taza de cocido. Este plato puede prepararse con arroz de grano corto o largo.





# Arroz negro con leche

Tiempo de preparación:

10 minutos

+ una noche en reposo

Tiempo de cocinado:

40 minutos

Para 6-8 personas



2 tazas de arroz negro

3 hojas frescas de pandano

2 tazas de leche de coco  
40 g de azúcar de palma,  
molido

3 cucharadas de azúcar  
extrafino  
crema de coco, para servir  
mango cortado en gajos o  
papaya, para servir

1 Ponga el arroz en un bol grande de cristal o cerámico y cúbralo con agua. Déjelo en remojo 8 horas como mínimo o toda una noche. Escurrirlo y póngalo en una cacerola con 4 tazas de agua.

Llévelo lentamente a ebullición, removiendo a menudo y cuézalo a fuego lento 20 minutos, hasta que esté tierno. Escurrirlo.

2 Pase los dedos por las hojas de pandano para desenredarlas y átelas en un nudo. En una cacerola grande de fondo pesado, caliente la leche de coco hasta que esté a punto de hervir. Agregue el azúcar de palma, el azúcar extrafino y las hojas de pandano. Remuévalas hasta que se hayan disueltos los dos tipos de azúcar.

3 Incorpore el arroz a la cacerola y cuézalo, removiendo, 3 ó 4 minutos, sin que hierva. Apague el fuego, tápele la cacerola y deje reposar durante 15 minutos para que absorba los sabores. Retire las hojas de pandano. Sirvalo tibio con crema de coco y gajos de mango o papaya.

**Conservación.** Es mejor consumir este plato inmediatamente.

**Sugerencia.** Si es necesario,

en lugar de utilizar hojas, use 1 cucharadita de esencia de pandano. Las hojas lisas y largas del pandano se machacan y sirven como condimento en muchos postres tailandeses. Se venden frescos, congelados, secos o en forma de esencia o pasta. Si no encuentra hojas de pandano, utilice 1 cucharadita de esencia de vainilla. Este plato también resulta delicioso si se acompaña con fruta tropical fresca, como plátano, piña o hichi.

**Nota.** Encontrará el arroz negro, el azúcar de palma y las hojas de pandano en establecimientos de productos asiáticos.



Puede machacar el azúcar de palma, pero es más fácil rallarlo con un rallador de queso.



Deje el arroz en remojo durante una noche. Escurrirlo bien.



Desenrede las hojas frescas de pandano y átelas con nudos.



Cuando el arroz haya absorbido los sabores, retire las hojas antes de servirlo.



# Arroz emperatriz

Tiempo de preparación:  
45 minutos + refrigeración

Tiempo de cocción:  
1 hora

Para 6-8 personas



1 Unte con aceite un molde decorativo con capacidad para 8 tazas. Ponga el arroz en una cacerola con 2 tazas de agua fría. Llévelo lentamente a ebullición, cúzalo 2 minutos y escúrralo. Vuelva a poner el arroz en la cacerola junto con la leche y la esencia de vainilla. Remueva constantemente y cúzalo a fuego lento durante 25 minutos, o hasta que el arroz esté tierno y haya absorbido la leche. Cuando aún esté caliente, añada el azúcar y la mantequilla. Tápelos y déjelo enfriar. Dispóngalo la fruta escarificada en un bol, añada el Kirsch y déjelo en remojo.

2 **Para preparar la crema inglesa:** Vierta 2 cucharadas de agua en un bol refractario pequeño, esparza la gelatina y ponga el bol sobre un recipiente con agua caliente hasta que se disuelva. En un bol grande, batir las yemas de huevo, el azúcar y la fécula de maíz hasta que la preparación presente un color claro y esté espesa. En una cacerola, caliente la leche hasta que esté a punto de ebullición. Vierta

*3/4* taza de arroz de grano corto  
2 tazas de leche  
*1/2* cucharadita de esencia de vainilla  
3 cucharadas de azúcar extrafino  
30 g de mantequilla  
125 g de fruta escarificada variada, en trozos  
2 cucharadas de Kirsch

## Crema inglesa

1 cucharada de gelatina  
4 yemas de huevo

3 cucharadas de azúcar extrafino  
1 cucharadita de fécula de maíz  
1 taza de leche  
300 ml de nata líquida

## Salsa de albaricques

125 g de orejones  
2 cucharadas de Kirsch  
1 ó 2 cucharadas de azúcar extrafino

la leche en la preparación anterior sin dejar de batir y póngalo todo de nuevo en la cacerola. Batir a fuego lento hasta que se espese y obtenga una crema fina, de manera que al introducir en ella el reverso de una cuchara, este se empape de una capa fina (no caliente en exceso la crema ni deje que coque). Incorpore la gelatina disuelta. Tápelos y déjelo enfriar un poco.

3 Una vez fríos, mezcle el arroz con la crema. Batir la nata hasta que esté a punto de nieve. Con cuidado, mezcle la fruta y la nata con el arroz. Páselo al molde engrasado y aliñe la superficie. Tápelos y déjelo en el frigorífico varias horas, hasta que esté consistente. Desmóldelo en una fuente y sírvalo con la salsa de albaricques.

4 **Para preparar la salsa de albaricques:** Ponga los orejones en una cacerola pequeña y cúbralos con agua. Déjelos en remojo 30 minutos. A continuación, viértalos a fuego lento durante 10 minutos, hasta que estén tiernos. Escúrralos y reserve el líquido. Déjelos enfriar, páselos por una picadora y añada el líquido reservado hasta que la salsa esté consistente. Añada Kirsch y azúcar al gusto.

**Conservación:** Se conserva, tapado, en el frigorífico hasta 3 días.

**Sugerencia:** En lugar de Kirsch, puede utilizar Grand Marnier o Cointreau.  
**Consejo:** Para desmoldar el pastel, sumérgalo un momento en agua caliente, séquelo y dele la vuelta sobre una fuente de servir.



Una vez el arroz esté tierno y haya absorbido la leche, incorpore el azúcar y la mantequilla



Caliente la leche y viértala en la mezcla de los huevos sin dejar de batir



# Arroz dulce al estilo tailandés

Tiempo de preparación:

15 minutos

+ 1 noche en remojo

Tiempo de cocción:

1 hora

Para 6-8 personas



2 1/2 tazas de arroz

glutinoso

2 1/2 tazas de leche de coco

1/2 taza de azúcar

extrafino

fruta tropical, para servir

Cobertura

1 taza de coco rallado

1/4 taza de leche de coco,

caliente

90 g de azúcar de palma,

rallado

1 Ponga el arroz en un bol de  
cestas grande y cubralo con  
agua. Déjelo en remojo  
8 horas o toda una noche y

escórralo. Forre una bandeja  
de horno de 30 x 20 cm poco  
profunda con papel parafina-  
do, salagando los dos extre-  
mos largos. Forre una cesti-  
ta por dentro al vapor de  
bambo con papel parafinado.

2 Extienda el arroz en la base  
de la cesta, tápela y péngala  
sobre un wok. Llene el wok  
hasta la mitad con agua hir-  
viendo. Cocine el arroz  
durante 45 a 50 minutos, o  
hasta que los granos estén  
tiernos. Cuando sea necesario,  
añada más agua al wok.

3 Ponga el arroz, la leche de  
coco y el azúcar en una  
cacerola grande de fondo  
pesado. Remueva los  
ingredientes 10 minutos a  
fuego lento, hasta que se haya  
absorbido toda la leche. Puse  
la mezcla a la bandeja de  
bambú y alise la superficie.  
Resérvelo para que se enfríe y  
tome consistencia.

4 Para preparar la cobertura:  
Ponga el coco rallado en un  
bol pequeño y mézclelo con la  
leche de coco. Resérvelo. En

una cacerola pequeña, ponga  
el azúcar de palma y  
3 cucharadas de agua y  
remuévala hasta que se haya  
disuelto el azúcar y el almidón  
empiece a espesar (de 3  
a 5 minutos). Incorpore el  
coco y siga removiendo hasta  
que los ingredientes estén bien  
mezclados. Tape la mezcla y  
deje que se enfríe. Extienda la  
cobertura sobre la base de  
arroz (o sírvala por separado).  
Corte en cuadrados o  
redondos y sirvalo. Resulta  
delicioso acompañado de fruta  
fresca.

**Conservación** Es mejor  
consumir este plato el mismo  
día, a temperatura ambiente.  
Para evitar que quede  
demasiado consistente y  
pierda su sabor, no lo ponga  
en el frigorífico.

**Nota** Encontrará el arroz  
glutinoso y el azúcar de palma  
en establecimientos de  
alimentación asiáticos. El  
azúcar puede rallarse  
fácilmente, o bien machucarse  
un poco con un rodillo.



Forre la cesta de bambú con papel parafinado  
y disponga el arroz en ella.



Ponga la cesta en una de un wok medio lleno con  
agua hirviendo.



Extienda la mezcla de arroz en la bandeja forrada  
y alise la superficie.



Caliente el azúcar de palma y el agua en una  
cacerola. A continuación, añada el coco rallado.